



Instituto Superior
de Ciências Sociais e Políticas
UNIVERSIDADE DE LISBOA

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

FATORES SOCIOCULTURAIS NA FORMAÇÃO AO LONGO DA VIDA:

*Um estudo sobre a aprendizagem das Tecnologias da Informação
e da Comunicação em Populações 50+.*

Gina Maria Gouveia Páscoa

Orientador: Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil

Co-orientadora: Professora Doutora Paula Campos Pinto

Tese de Doutoramento em Ciências Sociais na Especialidade de Política Social

Lisboa
2017

VALORIZAMOS PESSOAS



FATORES SOCIOCULTURAIS NA FORMAÇÃO AO LONGO DA VIDA:

*Um estudo sobre a aprendizagem das Tecnologias da
Informação e da Comunicação em Populações 50+.*

Gina Maria Gouveia Páscoa

Orientador:

Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil

Coorientadora:

Professora Doutora Paula Campos Pinto

Júri:

Presidente:

- Doutor Hermano Duarte de Almeida e Carmo, Professor Catedrático
Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa.

Vogais:

- Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil, Professor Adjunto
Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco, orientador;
- Doutor Fausto José Robalo Amaro, Professor Catedrático Aposentado
Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa;
- Doutora Susana Alexandra Frutuoso Henriques, Professora Auxiliar
Universidade Aberta;
- Doutora Clara Maria Gil Ferreira Fernandes Pereira Coutinho, Professora Auxiliar Aposentada
Instituto de Educação da Universidade do Minho;
- Doutora Stella Margarida de Oliveira António Bettencourt da Câmara, Professora Auxiliar
Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa.

Tese de Doutoramento em Ciências Sociais na
Especialidade de Política Social

Lisboa
2017

VALORIZAMOS PESSOAS

Às pessoas idosas que poderão, eventualmente, usufruir desta investigação.

AGRADECIMENTOS

Desejo expressar o meu reconhecimento e agradecimento, pelo grande apoio que pessoas e instituições me deram para a realização deste trabalho.

- Ao Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil, que orientou a realização desta tese, pelo apoio incansável, sugestões apresentadas, bem como pela presença e disponibilidade contínua para troca de impressões.
- À Professora Doutora Paula Campos Pinto, que coorientou a realização desta tese pelo seu humanismo, receptividade e reflexividade que foram decisivos para esta investigação.
- À Direção das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense -USALBI, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã e Universidade Sénior de Proença-a-Nova), pela disponibilidade e colaboração.
- A todas as pessoas que participaram na investigação, uma palavra de apreço e um agradecimento coletivo muito especial aos trezentos e setenta e quatro cidadãos que se dispuseram a responder ao inquérito por questionário, porque é a eles que se deve esta investigação no sentido de se poder interpretar as suas necessidades para implementar intervenções mais ajustadas às suas prioridades para a melhoria do seu Bem-estar.
- Uma palavra de agradecimento à Dra. Sofia Silva pela sua constante disponibilidade e colaboração que me deu a nível do tratamento estatístico dos dados (SPSS).

- Quero, por fim, expressar o meu profundo agradecimento à minha família pelo incentivo e apoio incondicional que soube demonstrar durante o decurso deste trabalho.

A todos o meu Bem-hajam!

RESUMO

A atual Sociedade da Informação e do Conhecimento é também uma sociedade do envelhecimento. As Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC), em particular o computador e Internet, e o envelhecimento populacional, são duas tendências que merecem ser analisadas. Atualmente os jovens estão preparados para utilizar as TIC. No entanto, as gerações mais velhas não realizaram esta aprendizagem e estão a viver num contexto sociocultural simultaneamente digital e envelhecido. Tendo em consideração o facto do distrito de Castelo Branco apresentar um dos índices de envelhecimento mais elevados de Portugal e estando as TIC cada vez mais presentes no quotidiano, afigura-se pertinente a realização neste distrito, desta investigação que tem como objetivo identificar os fatores socioculturais que influenciam e condicionam a opção pela aprendizagem das TIC e conhecer os impactos desta aprendizagem no Bem-estar (mental e social) ao longo do processo de envelhecimento. Os dados foram recolhidos em 5 Universidades Seniores deste distrito através de um inquérito por questionário que envolveu 374 cidadãos (50 e mais anos) e de entrevistas semiestruturadas a 5 Diretores, 5 Professores de TIC e 10 Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas respetivas Universidades Seniores. A análise e tratamento dos dados permitiram verificar que a necessidade de comunicação, a socialização, o combate ao isolamento e a manutenção da atividade intelectual são os principais fatores socioculturais que influenciaram a aprendizagem das TIC nestes participantes. O exercício da memória e das aptidões intelectuais, a participação e inclusão na sociedade digital, o sentimento de modernidade e a diminuição da solidão foram os impactos no «Bem-estar mental» e no «Bem-estar social» mais evidenciados. Estes resultados mostram que é necessário implementar políticas sociais que permitam a produção e disseminação de recursos educativos digitais inseridos numa estratégia metodológica educacional visando a promoção de ações de aprendizagem ao longo da vida que permitam uma adequada inclusão digital e social.

Palavras-Chave: Envelhecimento; TIC; Bem-estar mental; Bem-estar social; Política Social.

ABSTRACT

The current Information and Knowledge Society is also an ageing society. Information and Communication Technologies (ICT), particularly the computer and Internet, and the ageing population, are two trends that deserve to be analyzed. Currently young people are prepared to use ICT. However, the older generations did not realize this and are learning to live in both digital and aged sociocultural context. Taking into account the fact that the district of Castelo Branco present one of the highest aging index of Portugal and being ICT increasingly present in daily life, it is appropriate to the achievement of this district, this research which aims to identify the sociocultural factors that influence and determine the choice of ICT learning and know the impact of this learning in the Well-being (mental and social) throughout the ageing process. The data were collected in 5 Universities Senior this district through a survey involving 374 citizens (50 and over) and interviews were conducted semistructured 5 Directors, 5 ICT Teachers and 10 Participants who have attended training in ICT in the respective Universities Senior. The analysis and processing of data allowed to verify that the need for communication, socialization, combating isolation and maintenance of intellectual activity are the main sociocultural factors influencing learning of ICT in these participants. The exercise of memory and intellectual abilities, participation and inclusion in the digital society, the sense of modernity and decreased loneliness were the impact on «Mental well-being» and «Social well-being» more evident. These results show that it is necessary to implement social policies is to enable the production and dissemination of digital educational resources entered an educational methodological strategy aimed at promoting learning actions lifelong enabling an appropriate digital and social inclusion.

Keywords: Ageing; ICT; Mental well-being; Social well-being; Social policy.

ÍNDICE GERAL

ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiii
ÍNDICE DE TABELAS	xv
ÍNDICE DE FIGURAS	xviii
ÍNDICE DE APÊNDICES	xix
ÍNDICE DE ANEXOS	xx
LISTA DE SIGLAS E ACRÔNIMOS	xxi
INTRODUÇÃO	1
Problema	2
Contextualização	3
Pertinência da Investigação	5
Questão de Investigação	6
Objetivos da Investigação	7
Abordagem Metodológica.....	7
Modelo de Análise	9
Estrutura da Tese	11
CAPÍTULO I: AS PERSPETIVAS DO ENVELHECIMENTO	14
1.1. Envelhecimento demográfico	15
1.2. A dinâmica do processo de envelhecimento	22
1.3. Políticas sociais para as pessoas idosas	33
1.4. Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	38
1.4.1. Bem-estar mental	44
1.4.2. Bem-estar social	46
1.5. Considerações finais	48

CAPÍTULO II: A FORMAÇÃO NO ÂMBITO SOCIOCULTURAL NA ERA DA GLOBALIZAÇÃO 51

2.1. Quadros conceptuais dos processos de aprendizagem dos adultos	52
2.1.1. O indivíduo como centro de aprendizagem – Carl Rogers	52
2.1.2. O modelo andragógico – Malcolm Knowles	53
2.1.3. A educação crítica e conscientização – Paulo Freire	54
2.1.4. A teoria da aprendizagem transformadora – Jack Mezirow	55
2.2. A formação ao longo da vida e a sua relação com a participação social	61
2.3. Políticas de orientação para a formação	72
2.3.1. Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida	74
2.3.1.1. Educação de adultos	76
2.4. A Política Social no início do século XXI e as TIC	84
2.4.1. Contexto político para a inclusão digital	88
2.4.1.1. Iniciativas políticas da União Europeia	89
2.4.1.2. Iniciativas políticas de Portugal	92
2.5. Globalização e TIC	99
2.5.1. Os desafios da Sociedade da Informação e do Conhecimento e a pessoa idosa	106
2.6. Considerações finais	114

CAPÍTULO III: A RELAÇÃO DA PESSOA IDOSA COM A APRENDIZAGEM DAS TIC 117

3.1. Perfil da pessoa idosa utilizadora das TIC	118
3.2. Enquadramento das TIC no processo de envelhecimento	125
3.2.1. Potenciais benefícios das TIC para as pessoas idosas	128
3.2.2. Potenciais obstáculos das TIC para as pessoas idosas	132
3.3. Considerações sobre a formação em TIC	138
3.4. A relação intergeracional	145
3.5. A representação das TIC aliada à pessoa idosa na nova Política Social	148

3.6. Considerações finais	152
CAPÍTULO IV: CARACTERIZAÇÃO DO LOCAL DA INVESTIGAÇÃO	154
4.1. Caracterização geral do distrito de Castelo Branco	155
4.2. Caracterização geral das instituições participantes	166
CAPÍTULO V: METODOLOGIA	174
5.1. Constituição das amostras	175
5.2. Considerações éticas	177
5.3. Instrumentos e procedimentos na recolha de dados	178
5.3.1. Inquérito por Questionário	179
5.3.2. Entrevista Semiestruturada	185
5.4. Triangulação de Dados	189
CAPÍTULO VI: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS	192
6.1. Caracterização da amostra	193
6.2. Análise e tratamento dos dados do Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC	205
6.2.1. Fatores que influenciam a escolha pela aprendizagem das TIC: computador e Internet	206
6.2.2. O interesse e as dificuldades na aprendizagem das TIC	208
6.2.3. Utilização das TIC por parte dos participantes com aprendizagem em TIC	212
6.2.3.1. Frequência, tempo e finalidade de utilização do computador e Internet	213
6.2.4. Perigos na Internet para os participantes com aprendizagem em TIC	218
6.2.5. Representações do envelhecimento para os participantes com aprendizagem em TIC	219
6.2.6. Impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento: opinião dos participantes com aprendizagem em TIC	220

6.3. Análise e tratamento dos dados do Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC	222
6.3.1. Fatores que explicam a não aprendizagem das TIC: computador e Internet	223
6.3.2. Potencial utilização das TIC por parte dos participantes sem aprendizagem em TIC	225
6.3.2.1. Potencial finalidade de utilização da Internet	226
6.3.3. Perigos na Internet para os participantes sem aprendizagem em TIC	227
6.3.4. Representações do envelhecimento para os participantes sem aprendizagem em TIC	228
6.3.5. Potenciais impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento: opinião dos participantes sem aprendizagem em TIC	230
6.4. Análise comparativa dos Questionários A e B	233
CAPÍTULO VII: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS QUALITATIVOS	245
7.1. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Diretores das Universidades Seniores	247
7.1.1. Os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	248
7.1.1.1. Fatores sociais	249
7.1.1.2. Fatores culturais	250
7.2. As pessoas idosas e as TIC	251
7.2.1. A importância das TIC para a população idosa	251
7.2.2. A importância das TIC na formação ao longo da vida	252
7.2.3. A relevância das TIC em relação às outras disciplinas	253
7.3. Os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	254
7.3.1. Impactos no Bem-estar mental	254
7.3.2. Impactos no Bem-estar social	255

7.4. As Políticas Sociais	257
7.4.1. Políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa	257
7.4.2. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida	258
7.4.3. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa	259
7.5. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Professores de TIC das Universidades Seniores	262
7.5.1. A caracterização do entrevistado	263
7.5.2. As pessoas idosas e a formação em TIC	265
7.5.2.1. A importância das TIC na formação ao longo da vida	265
7.5.2.2. Os conteúdos programáticos das aulas de TIC	266
7.5.2.3. Os critérios dos conteúdos a lecionar	267
7.5.2.4. As estratégias e metodologias de ensino	267
7.5.3. Os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	269
7.5.3.1. Fatores sociais	269
7.5.3.2. Fatores culturais	270
7.5.4. As competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC	272
7.5.4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	272
7.5.5. Os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	273
7.5.5.1. Impactos no Bem-estar mental	274
7.5.5.2. Impactos no Bem-estar social	275
7.5.6. Sugestão de alterações na formação em TIC para as pessoas idosas	276
7.5.6.1. Alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC	276

7.6. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Participantes que já frequentaram uma formação TIC nas Universidades Seniores	278
7.6.1. A caracterização do entrevistado	279
7.6.2. Os fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC	280
7.6.2.1. Fatores pessoais	280
7.6.2.2. Fatores sociais	281
7.6.2.3. Fatores culturais	281
7.6.3. As TIC e a formação	282
7.6.3.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida	283
7.6.3.2. Argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC	284
7.6.4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC	286
7.6.4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	287
7.6.4.2. Aquisição de mais competências digitais	288
7.6.5. Os Impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	289
7.6.5.1. Impactos no Bem-estar mental	289
7.6.5.2. Impactos no Bem-estar social	291
7.7. Análise comparativa das entrevistas realizadas	294
CONCLUSÃO	297
Limitações da investigação	309
Contributo científico da investigação	309
Perspetivas de futura investigação	311
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	313
Referências Gerais	313
Referências Legais	343

Referências Eletrônicas	344
APÊNDICES	345
ANEXOS	359

Índice de Gráficos

Gráfico 1.1: Índice de envelhecimento, índice de dependência de idosos e índice de renovação da população em idade ativa (Nº). Portugal, 1970/2014.....	20
Gráfico 1.2: População idosa (65 e mais anos) (%). UE28, 2003/2013	21
Gráfico 2.1: Nível educacional (%) por estrutura etária. Portugal, 2001	77
Gráfico 2.2: Nível educacional (%) por género (60-69 anos). Portugal, 2001/2021	78
Gráfico 3.1: Utilização de Internet (%) por escalão etário. Portugal, 2013	119
Gráfico 3.2: Proporção (%) de pessoas (16-74 anos) que utilizaram a Internet. Portugal e UE28, 2010/2014.....	122
Gráfico 3.3: Proporção (%) de pessoas (16-74 anos) que nunca utilizaram a Internet. Portugal e UE28, 2010/2014	122
Gráfico 6.1: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por escalões etários e género	193
Gráfico 6.2: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por estado civil e género	194
Gráfico 6.3: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por constituição do agregado familiar e género	195
Gráfico 6.4: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por habilitações literárias e género	196
Gráfico 6.5: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por profissão e género	197
Gráfico 6.6: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por rendimento do agregado familiar e género	198
Gráfico 6.7: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por escalões etários e género	199
Gráfico 6.8: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por estado civil e género	200
Gráfico 6.9: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por constituição do agregado familiar e género	201

Gráfico 6.10: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por habilitações literárias e género	202
Gráfico 6.11: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por profissão e género	203
Gráfico 6.12: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por rendimento do agregado familiar e género	204
Gráfico 6.13: Frequência (Nº) de utilização do computador pelos participantes com aprendizagem em TIC	213
Gráfico 6.14: Frequência (Nº) de acesso à Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC	214
Gráfico 6.15: Frequência (Nº) de horas de utilização do computador pelos participantes com aprendizagem em TIC	215
Gráfico 6.16: Frequência (Nº) de horas de utilização da Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC	215

Índice de Tabelas

Tabela 01: Relação entre objetivos específicos e instrumentos de recolha de dados	8
Tabela 1.1: Estrutura etária (jovens e idosos) (%), por género. Portugal, 2001/2011	18
Tabela 1.2: População residente com 65 e mais anos (%), por género. NUTS II 1981/1991/2001/2011	18
Tabela 1.3: Alterações decorrentes do envelhecimento e a interferência na interação Utilizador – Computador e ambientes digitais	28
Tabela 2.1: Proporção (%) de pessoas (18-64 anos) que participou em ALV, educação formal/não formal. Portugal, 2007/2011	80
Tabela 2.2: Proporção (%) de pessoas (18-64 anos) que participou em ALV, educação formal/não formal. NUTS I e II, 2007/2011	80
Tabela 2.3: Principais orientações políticas da Estratégia de Lisboa	86
Tabela 3.1: Perfis (%) de pessoas entre (16-74 anos) que utilizaram computador e Internet. Portugal, 2015	121
Tabela 3.2: Estratégias para o ensino das TIC a pessoas idosas	145
Tabela 4.1: Território/população/densidade populacional. Distrito de Castelo Branco, 2011	160
Tabela 4.2: Indicadores estatísticos (Nº) das Sub-Regiões do Distrito de Castelo Branco, 2013	162
Tabela 4.3: Taxa de analfabetismo (%) no Distrito de Castelo Branco, 1991, 2001, 2011 ...	164
Tabela 4.4: Caracterização das Universidades Seniores do Distrito de Castelo Branco no Ano Letivo 2013/2014	167
Tabela 4.5: Oferta formativa da Academia Sénior da Covilhã no Ano Letivo 2013/2014	168

Tabela 4.6: Oferta formativa da Universidade Sénior Albicastrense (USALBI) no Ano Letivo 2013/2014	169
Tabela 4.7: Oferta formativa da Academia Sénior do Fundão no Ano Letivo 2013/2014	170
Tabela 4.8: Oferta formativa da Academia Sénior da Sertã no Ano Letivo 2013/2014	170
Tabela 4.9: Oferta formativa da Universidade Sénior de Proença-a-Nova no Ano Letivo 2013/2014	171
Tabela 4.10: Conteúdos de TIC das Universidades Seniores do Distrito de Castelo Branco no Ano Letivo 2013/2014	172
 Tabela 5.1: Calendarização da recolha de dados	191
 Tabela 6.1: Quadro resumo das características dos participantes	205
Tabela 6.2: Fatores (Nº e %) que explicam a escolha pela aprendizagem das TIC	207
Tabela 6.3: Interesses (Nº e %) que levam os participantes a aprender TIC	209
Tabela 6.4: Dificuldades (Nº e %) encontradas na aprendizagem das TIC	211
Tabela 6.5: Conhecimentos (Nº e %) adicionais em matéria de computadores	212
Tabela 6.6: Finalidade (Nº e %) de utilização da Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC	216
Tabela 6.7: Perigos (Nº e %) da Internet para os participantes com aprendizagem em TIC	219
Tabela 6.8: Representações (Nº e %) do envelhecimento/satisfação com a vida por parte dos participantes com aprendizagem em TIC	220
Tabela 6.9: Impactos (Nº e %) da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento pelos participantes com aprendizagem em TIC	221
Tabela 6.10: Fatores (Nº e %) da não aprendizagem das TIC	224
Tabela 6.11: Potencial utilização da Internet (Nº e %) pelos participantes sem aprendizagem em TIC	226

Tabela 6.12: Perigos (Nº e %) da Internet para os participantes sem aprendizagem em TIC	228
Tabela 6.13: Representações (Nº e %) do envelhecimento/satisfação com a vida por parte dos participantes sem aprendizagem em TIC	229
Tabela 6.14: Potenciais impactos (Nº e %) da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento pelos participantes sem aprendizagem em TIC	230
Tabela 6.15: Quadro resumo das opiniões dos participantes sobre os impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento	244
 Tabela 7.1: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Diretores das Universidades Seniores	 248
Tabela 7.2: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Professores de TIC das Universidades Seniores	263
Tabela 7.3: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores	279

Índice de Figuras

Figura 01: Modelo de análise	10
Figura 1.1: Pirâmides etárias. Portugal e UE28, 2013	17
Figura 1.2: Mapa conceptual do Envelhecimento	27
Figura 1.3: Mapa conceptual do Bem-estar	44
Figura 2.1: O sistema de formação ao longo da vida	62
Figura 2.2: Esquema ilustrativo dos intervenientes para a Estratégia Europa 2020	95
Figura 3.1: Mapa conceptual da Aprendizagem das TIC	127
Figura 4.1: Mapa do Distrito de Castelo Branco	155
Figura 4.2: Mapa de Portugal Continental com destaque para a localização do Distrito de Castelo Branco	156

Índice de Apêndices

Apêndice A – Carta de pedido de autorização aos Diretores das Universidades Seniores ..	346
Apêndice B – Consentimento Informado	347
Apêndice C – Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC	348
Apêndice D – Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC	349
Apêndice E – Guião de entrevista aos Diretores das Universidades Seniores	350
Apêndice F - Guião de entrevista aos Professores de TIC das Universidades Seniores	351
Apêndice G - Guião de entrevista aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores	352
Apêndice H – Transcrição das entrevistas dos Diretores das Universidades Seniores	353
Apêndice I – Análise de conteúdo das entrevistas dos Diretores das Universidades Seniores	354
Apêndice J - Transcrição das entrevistas dos Professores de TIC das Universidades Seniores	355
Apêndice L - Análise de conteúdo das entrevistas dos Professores de TIC das Universidades Seniores	356
Apêndice M – Transcrição das entrevistas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores	357
Apêndice N – Análise de conteúdo das entrevistas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores	358

Índice de Anexos

Anexo 1 – <i>Output</i> do Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC	360
Anexo 2 – <i>Output</i> do Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC	361
Anexo A – Tabela 1, Tabela 2, Tabela3	362
Anexo B - Tabela 4, Tabela 5	363
Anexo C – Tabela 6, Tabela 7, Tabela 8	364
Anexo D – Tabela 9, Tabela 10	365
Anexo E – Tabela 11, Tabela 12, Tabela 13, Tabela 14, Tabela 15	366
Anexo F - Tabela 16, Tabela 17, Tabela 18	367
Anexo G - Tabela 19, Tabela 20	368
Anexo H - Tabela 21, Tabela 22, Tabela 23, Tabela 24, Tabela 25	369

Lista de Siglas e Acrónimos

ALV - Aprendizagem ao Longo da Vida

BES - Bem-Estar Subjetivo

CE - Comissão Europeia

FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia

IPSS - Instituições Particulares de Solidariedade Social

NUTS - Nomenclatura das Unidades Territoriais para Fins Estatísticos

OCDE - Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

OMS - Organização Mundial de Saúde

ONG - Organização Não Governamental

QV - Qualidade de Vida

RUTIS - Associação Rede de Universidades da Terceira Idade

TIC - Tecnologias da Informação e da Comunicação

UE - União Europeia

UTIs - Universidades da Terceira Idade

INTRODUÇÃO

Neste capítulo contextualiza-se a problemática da investigação. Prossegue-se fazendo referência à pertinência do estudo. Apresenta-se a questão de investigação e os objetivos da investigação. Faz-se uma breve abordagem à metodologia, expõe-se o modelo de análise e enuncia-se as hipóteses de investigação. Finaliza-se a Introdução, enunciando a organização da tese.

Problema

Cada vez mais os cidadãos exigem que a sua vida possa ser aproveitada com um máximo de qualidade, com condições favoráveis para trabalhar e num ambiente urbano ou rural que ofereça Bem-estar. Esta exigência deve ser especialmente tida em conta junto de certas camadas sociais. É o que se passa com as pessoas idosas que merecem poder realizar-se de forma plena nesta fase das suas vidas, num ambiente que lhes proporcione as devidas condições.

Na maioria dos países europeus, verifica-se uma forte tendência demográfica para o envelhecimento da população em geral. As necessidades de aprendizagem da população idosa torna-se uma preocupação central da educação nos próximos anos e face aos avanços tecnológicos é necessário dotar a população idosa de competências digitais necessárias para participarem ativamente na sociedade atual.

Na verdade, às gerações de pessoas correspondem gerações de aparelhos técnicos, e, se algumas dessas tecnologias fazem parte do ambiente familiar das pessoas, sendo, para elas, evidências, outras só aparecem um pouco mais tarde no seu ciclo vital, e as pessoas só aprendem a lidar com elas ao longo dos seus anos de formação, devido à sua atividade profissional ou até, tantas vezes, apenas na idade adulta avançada ou na reforma.

As Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC), em particular, o computador e a Internet, têm vindo a ocupar um espaço cada vez mais significativo no quotidiano de todos, devem indubitavelmente estar inseridas nas rotinas diárias do grupo etário que está a envelhecer. O facto da população idosa apresentar níveis reduzidos de literacia digital aumenta a necessidade de democratizar o acesso à informação através do paradigma da formação ao longo da vida. Será urgente implementar medidas que promovam a aprendizagem das TIC neste público. A população idosa não deve ficar

excluída da sociedade digital, dado que esta exclusão digital poderá significar exclusão social.

Contextualização

Tal como noutros países, Portugal enfrenta um grave desafio demográfico. De acordo com EU (2015), projeções que constam no Relatório do Envelhecimento de 2015, os dados sobre a evolução demográfica são de enorme gravidade. Em termos relativos, no seio da União Europeia (UE), Portugal é o segundo país da União com maior peso relativo de pessoas com mais de 65 anos (34,6%) e com maior peso de muitas pessoas idosas, acima dos 80 anos (16,1% da população). Sem alteração de políticas, Portugal viverá uma pesada retração da sua população global e da sua população em idade ativa, em 20 anos perderá 700 mil habitantes e, no final da projeção, em 2060, viverão em Portugal 8,2 milhões de pessoas.

O desafio demográfico que Portugal enfrenta que tem causas económicas, sociais e culturais, tem-se agravado de forma severa com a crise que o país atravessa nos últimos anos, com a emigração maciça de jovens, enfraquece ainda mais a população ativa e a natalidade. Estes acontecimentos mostram a urgência de se desenvolverem medidas para melhor atender às dificuldades deste grupo populacional que está a envelhecer, sendo necessário enveredar por um caminho de promoção do envelhecimento associado ao Bem-estar e qualidade de vida.

Os dados nacionais correspondentes ao XV Recenseamento geral da população, Censos de 2011, vêm demonstrar a evidência do envelhecimento demográfico da população portuguesa. A estrutura da população residente, por grupos etários, por NUTS II em 2011, mostra que a região do Alentejo (24,3%) e a região Centro (22,5%) são as que apresentam um valor mais elevado de residentes com 65 e mais anos (INE, 2012). O elevado índice de envelhecimento também é notório nestas regiões, onde se destaca a região do Alentejo (179) e a região Centro (164). De acordo com dados internacionais, Eurostat (2014), a região do Pinhal Interior Sul, que pertence ao distrito

de Castelo Branco, era em 2013 a região mais envelhecida da Europa, onde 32,4% da população tinha mais de 65 anos.

Deste modo, o distrito de Castelo Branco configura uma tendência de envelhecimento populacional e encontra-se numa região associada ao envelhecimento e à perda populacional, pelo que se tornou prioritária uma investigação que evite ou possa minimizar uma infoexclusão por parte das pessoas idosas através da aprendizagem das TIC. A educação e o perfil de competências desempenham um papel importante na promoção e salvaguarda de uma vida social ativa e funcional, o que contribui para indivíduos potencialmente mais autónomos e envolvidos numa cidadania ativa.

Tendo em consideração o paradigma da cidadania ativa e do envelhecimento ativo, têm surgido nos últimos anos as Universidades da Terceira Idade (UTIs), também designadas por Universidades Seniores. De acordo com Costa (2010), as UTIs são o modelo de adultos com mais sucesso no mundo e em Portugal. Para este autor as UTIs são também um projeto de formação ao longo da vida, visando a melhoria do Bem-estar das pessoas idosas e prevenindo o isolamento e a exclusão social.

Neste caso particular, o local desta investigação, foram as Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense – USALBI, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã e Universidade Sénior de Proença-a-Nova). O objeto de estudo foram as populações com 50 e mais anos em situação de formação nas respetivas Universidades Seniores. A motivação da escolha deste local para realizar a investigação, foi essencialmente por se residir neste distrito e também pela crescente importância que as Universidades Seniores têm na participação social e na educação permanente destes cidadãos, nomeadamente no ensino/aprendizagem das TIC, sendo esta uma das disciplinas mais frequentada pelos participantes.

Pertinência da Investigação

O envelhecimento populacional está a tornar-se um problema social, tratando-se de um facto que merece preocupação. Outro fator de extrema relevância passa pela velocidade de introdução e a presença das TIC nos diversos espaços da sociedade. Uma das configurações mais claras deste fenómeno é a exclusão digital ou *digital divide* que está muito associada à idade. A urgência em incluir a pessoa idosa numa sociedade cada vez mais dependente das TIC, numa tentativa de colmatar a lacuna aí existente, justifica, por isso, o trabalho científico que aqui se pretende realizar. Para o efeito, esta inclusão digital da população idosa tornar-se-á mais eficaz, se for integrada num contexto de formação ao longo da vida.

Para Ferreira (2013), o impacto das TIC não é semelhante em todos os setores da sociedade, depende de fatores socioculturais em que o indivíduo está inserido. Ao nível macro social, depende de variáveis sociais, históricas e organizacionais, nas quais o indivíduo está contextualizado. Se equacionar a situação a um nível micro social, numa abordagem à família enquanto organização, verifica-se que o impacto difere em cada um dos seus membros: pais, filhos e avós. Essas diferenças resultam das variáveis individuais traçadas pela história de cada sujeito, em constante transformação, e do seu contexto de desenvolvimento

No entender de Czaja e Sharit (2013), uma população envelhecida encontra-se exposta a uma maior vulnerabilidade, em virtude das alterações biopsicossociais associadas ao processo de envelhecimento individual. Perante a sociedade digital, o público idoso encontra-se duplamente excluído, em termos de acesso e de apropriação. Às alterações físicas, psicológicas e sociais decorrentes da idade, adicionam-se a falta de oportunidades de acesso, consequência de variáveis económicas, culturais e educacionais, e problemas com a funcionalidade da tecnologia, que tem prestado pouca atenção ao desenvolvimento de *interfaces* usáveis para as pessoas idosas.

É perentório uma mudança no papel do Estado e dentro de cada cidadão que se traduz na consciência de que se vive num planeta marcado em todos os campos por interdependências, entre contextos local, regional, nacional, internacional, global. Os processos globais são vividos nos espaços próprios da vida local e aí assumem grande importância, na medida em que ocorrências locais são influenciadas por acontecimentos que se dão a muitos quilómetros de distância e vice-versa. Tal realidade evoca a necessidade de se efetuarem reflexões críticas, debates, negociações, escolhas, em articulação com o envolvimento que essa vida local tem com a global.

Assim, integrar as TIC no quotidiano das pessoas idosas pode revelar-se um desafio. Neste sentido, um dos aspetos importantes destas novas políticas sociais está relacionado com a aprendizagem das TIC pelas pessoas idosas. As políticas de educação neste domínio terão que enfrentar preconceitos a respeito das pessoas idosas e a sua relação com as TIC. Esta investigação poderá constituir um alerta para despertar consciências, suprimir alguns mitos e promover intervenções sociais no âmbito da inclusão digital/social da pessoa idosa.

Questão de Investigação

Após a reflexão sobre o problema de investigação e a sua pertinência, é necessário delinear a orientação da mesma. Como tal, é imprescindível a formulação da questão de investigação a fim de obter, posteriormente, respostas para esse mesmo problema.

A questão de investigação que norteou o presente estudo foi a seguinte:

«Quais os fatores socioculturais que influenciam a opção pela aprendizagem das TIC e quais os impactos desta aprendizagem no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento?»

Objetivos da Investigação

Para poder dar resposta à questão de investigação enunciada foi definido como:

Objetivo Geral

Identificar os fatores socioculturais que influenciam e condicionam a opção pela aprendizagem das TIC, em populações 50+, e conhecer os impactos desta aprendizagem no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

Com o intuito de analisar e de construir um enquadramento operacional para explorar a temática e a pertinência deste estudo, definiram-se três objetivos específicos:

Objetivos Específicos

- O1.** Caracterizar a população 50+ com aprendizagem em TIC e sem aprendizagem em TIC sob o ponto de vista das variáveis sociodemográficas (Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão, Rendimento).
- O2.** Conhecer as opiniões da população 50+ relativamente à aprendizagem das TIC.
- O3.** Conhecer as competências digitais da população 50+ que já teve formação em TIC e sua aplicabilidade no quotidiano.

Abordagem Metodológica

A abordagem metodológica é mista, envolvendo uma investigação «*quantitativa e qualitativa*» (Coutinho, 2011). Quantitativa porque o estudo apresenta características

objetivistas, na medida em que a recolha de dados foi feita com base em provas objetivas e foram aplicadas técnicas estatísticas para a descrição e análise dos dados recolhidos. Contudo, é também qualitativa uma vez que é interpretativa e idiográfica (Bisqueria, 1989, citado por Coutinho, 2011).

Em termos gerais, toda a investigação depende das informações obtidas e necessita da elaboração de um ou de vários utensílios de trabalho (Ketele & Roegiers, 1999). Os instrumentos de recolha de dados que foram utilizados nesta investigação foram o inquérito por questionário e a entrevista semiestruturada de forma a complementar e triangular a informação recolhida. A **Tabela 01** mostra a relação entre os objetivos específicos da investigação e os instrumentos de recolha de dados.

Tabela 01: Relação entre objetivos específicos e instrumentos de recolha de dados

Objetivos Específicos	Instrumentos de recolha de dados
01. Caracterizar a população 50+ com aprendizagem em TIC e sem aprendizagem em TIC sob o ponto de vista das variáveis sociodemográficas.	Inquérito por questionário
02. Conhecer as opiniões da população 50+ relativamente à aprendizagem das TIC.	Inquérito por questionário
03. Conhecer as competências digitais da população 50+ que já frequentou uma formação em TIC e sua aplicabilidade no quotidiano.	Entrevista semiestruturada

No caso concreto desta investigação aplicou-se um questionário à população com 50 e mais anos com aprendizagem em TIC nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco e outro questionário à população com 50 e mais anos sem aprendizagem em TIC nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco.

Os critérios de integração dos participantes com aprendizagem em TIC e sem aprendizagem em TIC para responder ao questionário foram:

- i) Idade igual ou superior a 50 anos;
- ii) Participação voluntária na investigação;
- iii) Frequência nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco.

Os requisitos para recrutar os entrevistados foram os seguintes:

- i) Os Diretores de cada Universidade Sénior por serem as entidades responsáveis de cada instituição onde se efetuou a investigação;
- ii) Os Professores de TIC foram eles próprios que se disponibilizaram a dar as entrevistas com o conhecimento dos Diretores de cada Universidade Sénior;
- iii) Os Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores foram indicados pelos próprios Diretores e Professores de TIC de cada Universidade.

Foram realizadas cinco entrevistas semiestruturadas aos Diretores e aos Professores de TIC das Universidades Seniores e dez entrevistas semiestruturadas aos Participantes com 50 e mais anos que já frequentaram uma formação em TIC nas respetivas Universidades Seniores.

Modelo de Análise

A construção do modelo de análise constitui a etapa de articulação entre a problemática fixada e a elucidação sobre um campo de análise e restrito (Quivy & Campenhoudt, 2008). Após formulada a questão de investigação, estabeleceram-se os objetivos, elaborou-se o modelo de análise que está representado na **Figura 0.1**, onde constam as representações simplificadas dos principais elementos a investigar. Em particular, nesta investigação, os fatores socioculturais poderão influenciar a escolha na aprendizagem das TIC, nomeadamente a utilização do computador e Internet, e esta aprendizagem poderá ter impactos no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento, poderá potenciar um *output*, baseado em políticas de inclusão digital, políticas de envelhecimento ativo e em políticas de educação.

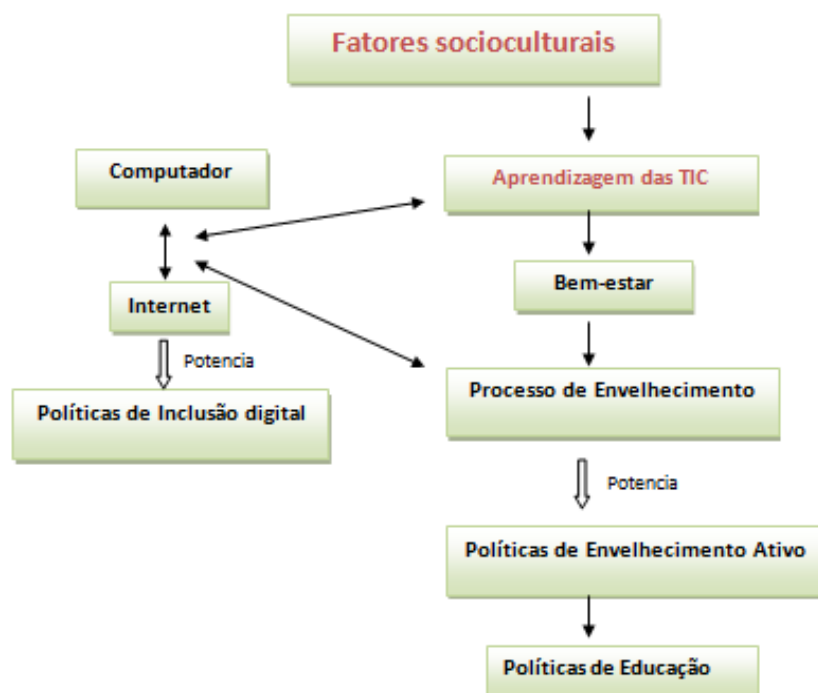


Figura 0.1: Modelo de análise

Após a elaboração do modelo de análise, entendeu-se estarem reunidas as condições para se enunciarem as **Hipóteses de Investigação**:

H1: *A aprendizagem das TIC é influenciada por variáveis sociodemográficas (Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão, Rendimento).*

H2: *A aprendizagem das TIC é considerada pela população 50+ como positiva.*

H3: *A necessidade de comunicação motiva a aprendizagem das TIC.*

H4: *O desejo de permanecer ativo do ponto de vista intelectual promove a aprendizagem das TIC.*

H5: *A população com mais elevados níveis de escolaridade está mais empenhada na aprendizagem das TIC.*

Estrutura da Tese

Esta tese encontra-se estruturada em sete capítulos, aos quais se acrescenta a primeira secção dedicada à Introdução e a última dedicada à Conclusão. Seguem-se as Referências Bibliográficas, Apêndices e Anexos.

No **Capítulo I – As perspetivas do envelhecimento** – faz-se referência a alguns indicadores estatísticos do envelhecimento demográfico, direciona-se a temática para a dinâmica do processo de envelhecimento. Apresenta-se as principais políticas sociais que têm sido implementadas no âmbito internacional e nacional para as pessoas idosas. Clarifica-se o conceito de Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento e operacionaliza-se este conceito em duas dimensões: Bem-estar mental e Bem-estar social. Por último, as considerações finais finalizam o Capítulo I.

No **Capítulo II – A formação no âmbito sociocultural na era da globalização** – conceptualiza-se os processos de aprendizagem de adultos, fazendo referência a alguns modelos teóricos defendidos pelos seguintes autores: Carl Rogers, Malcolm Knowles, Paulo Freire, Jack Mezirow. Caracteriza-se a formação ao longo da vida e a sua relação com participação social. Menciona-se as principais políticas orientadoras para a formação, fazendo referência ao memorando sobre a aprendizagem ao longo da vida e descreve-se algumas medidas/abordagens sobre a educação de adultos. De um modo geral, aborda-se as intervenções da política social no início do século XXI no contexto das TIC, efetuando-se um levantamento das principais iniciativas políticas da União Europeia e de Portugal para a inclusão digital das pessoas idosas. Aborda-se a globalização e faz-se o respetivo enquadramento teórico das TIC, referindo-se alguns desafios da Sociedade da Informação e do Conhecimento face à pessoa idosa. Por último, enuncia-se as considerações finais do Capítulo II.

No **Capítulo III – A relação da pessoa idosa com a aprendizagem das TIC** – realiza-se uma contextualização da pessoa idosa com a aprendizagem das TIC e com base em

alguns estudos, apresenta-se o perfil da pessoa idosa utilizadora das TIC. Seguidamente, faz-se um enquadramento das TIC no processo de envelhecimento, enunciando os potenciais benefícios e potenciais obstáculos das TIC para as pessoas idosas, recorrendo igualmente a alguns estudos já realizados. Posteriormente, refere-se algumas considerações sobre a formação em TIC, aborda-se também a relação intergeracional e faz-se uma breve referência à representação das TIC aliada à pessoa idosa na nova Política Social de modo a alertar para a pertinência desta temática no presente e no futuro. Por último, enuncia-se as considerações finais do Capítulo III.

No **Capítulo IV – Caracterização do local da investigação** – faz-se uma caracterização sumária do distrito de Castelo Branco e das instituições participantes na pesquisa como forma de enquadramento do cenário da investigação.

No **Capítulo V – Metodologia** – refere-se a constituição das amostras, enunciando-se algumas considerações éticas da investigação. Seguidamente, apresenta-se os instrumentos e procedimentos na recolha de dados: o Inquérito por Questionário e a Entrevista Semiestruturada e faz-se uma abordagem à triangulação de dados.

No **Capítulo VI – Apresentação e Discussão dos Resultados Quantitativos** – caracteriza-se a amostra, apresenta-se e analisa-se os dados recolhidos nas diferentes fases da investigação. Faz-se uma análise individual dos dois Questionários: **A** e **B** e posteriormente uma análise comparativa de ambos os Questionários.

No **Capítulo VII – Apresentação e Discussão dos Resultados Qualitativos** – analisa-se as Entrevistas Semiestruturadas realizadas aos Diretores, aos Professores de TIC e aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores, seguidamente faz-se uma análise comparativa das mesmas.

A **última secção – Conclusão** – responde-se à questão de investigação, verifica-se as hipóteses enunciadas e faz-se uma reflexão final sobre a investigação realizada. Conclui-se fazendo referência às limitações da investigação, evidenciando-se o

contributo científico da mesma e são apresentadas propostas para futuras investigações.

CAPÍTULO I: AS PERSPETIVAS DO ENVELHECIMENTO

O Capítulo I tem como finalidade abordar a temática do envelhecimento. Inicia-se por apresentar alguns indicadores estatísticos sobre o envelhecimento demográfico (1.1.). Em seguida, aborda-se a dinâmica do processo de envelhecimento (1.2.) e menciona-se as principais políticas sociais de âmbito internacional e nacional para as pessoas idosas (1.3.). Posteriormente, clarifica-se o conceito de Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento (1.4.) e operacionaliza-se este conceito em duas dimensões: Bem-estar mental (1.4.1.) e Bem-estar social (1.4.2.). Finaliza-se o capítulo com as considerações finais (1.5.).

1.1. Envelhecimento demográfico

Os progressos no âmbito da economia e da saúde, assim como a melhoria das condições de higiene, de conforto e segurança, têm vindo progressivamente a permitir um dos mais antigos desejos do ser humano: aumentar a longevidade. Associado a este prolongamento do tempo de envelhecimento individual encontra-se, também, um dos maiores e mais importantes desafios que o mundo enfrenta presentemente – o envelhecimento demográfico acentuado. O século XXI recebeu, inclusivamente, a designação do século do envelhecimento (Moura, 2006).

Como refere Amaro (2014), o envelhecimento da população tem importantes consequências e implicações em todos os aspetos da vida humana. No campo económico, terá consequências no crescimento, na poupança, no investimento, no consumo, no mercado de trabalho, nas pensões, na fiscalidade e nas transferências intergeracionais. Na esfera social, repercute-se na composição da família e nas modalidades de coabitação, na procura de habitação, nas tendências migratórias, na epidemiologia e na necessidade de serviços de saúde. A nível político, ele pode influenciar o comportamento de voto e a representação política.

Segundo dados do Relatório *World population ageing – 2013*, emitido pela United Nations (UN) (2013), o envelhecimento da população é um fenómeno duradouro. Desde 1950, a proporção de pessoas idosas tem aumentado de forma constante: tendo passado de 8% em 1950 a 14% em 2013 e, segundo as previsões, devendo atingir 22% em 2050. O envelhecimento da população está a progredir rapidamente em muitos dos países pioneiros no processo de transição demográfica – processo pelo qual o declínio da mortalidade é seguido por reduções da natalidade. Este processo deverá continuar ao longo das próximas décadas e irá, provavelmente, afetar todo o mundo (UN, 2013).

O envelhecimento demográfico caracteriza-se pelo aumento do número de pessoas com idade igual ou superior a 65 anos e uma diminuição do número de jovens com menos de 15 anos. A situação é geralmente traduzida pelo índice de envelhecimento, que engloba o número de pessoas com idade igual ou superior a 65 anos por cada 100 jovens com menos de 15 anos. O índice é, portanto, influenciado quer pelo elevado número de pessoas idosas, quer pelo reduzido número de pessoas jovens, correspondendo a dois tipos de envelhecimento demográfico, o envelhecimento no topo e o envelhecimento na base. A tendência nos países industrializados tem sido no sentido deste duplo envelhecimento, existindo atualmente, em Portugal e em outros países europeus mais pessoas idosas do que pessoas jovens.

A **Figura 1.1** mostra pirâmides etárias sobrepostas, para Portugal e para a União Europeia a 28 países (UE28), que revelam duplo envelhecimento demográfico (INE, 2015a). A análise destas pirâmides revela que a base da pirâmide apresenta um estreitamento, mais evidente para Portugal do que para a UE28, enquanto o seu topo se alarga, com valores semelhantes para Portugal e para UE28. A configuração destas pirâmides reflete o aumento do número de idosos (65 e mais anos de idade), a diminuição do número de jovens (0 a 14 anos de idade) e do número de pessoas em idade ativa (15 a 64 anos de idade) nos últimos anos, em Portugal e no conjunto dos Estados-Membros da UE28.

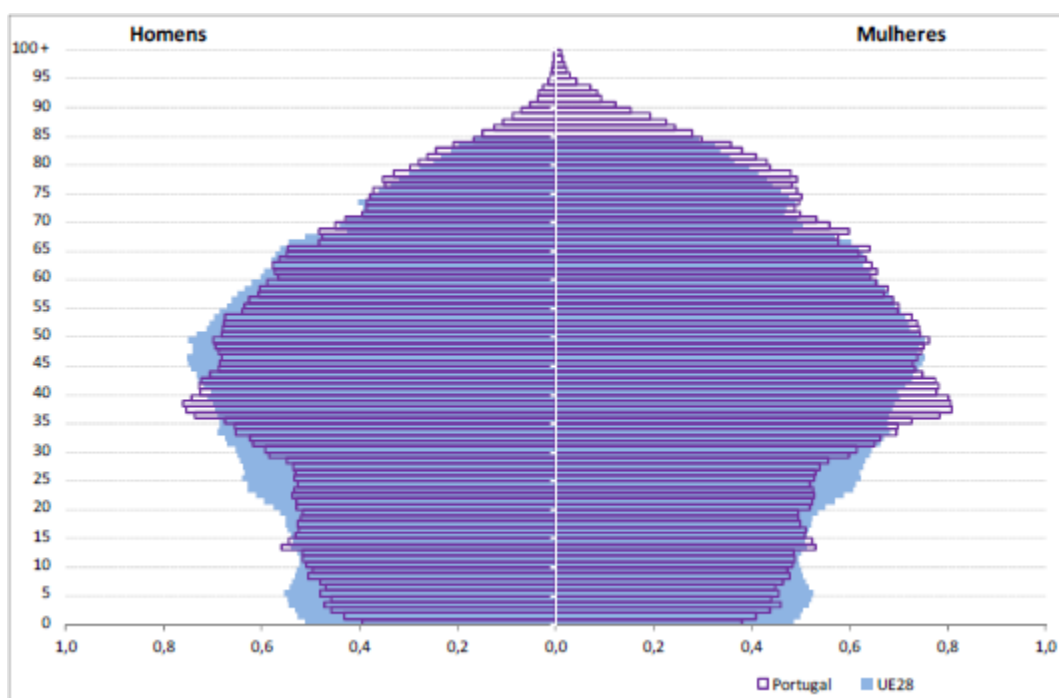


Figura 1.1: Pirâmides etárias. Portugal e UE28, 2013

Fonte: INE (2015a)

Em Portugal, o índice de envelhecimento tem vindo a aumentar de forma acentuada. Em 1960 existiam 27 pessoas idosas por cada 100 jovens com menos de 15 anos. Em 1991 o índice era já de 68. Em 2001 passou para 102, sendo de 127,6 em 2011, de 131,1 em 2012 (INE, 2012). No grupo das pessoas idosas tem aumentado igualmente o número daqueles que vivem com mais de 75 anos, o que permite calcular o índice de longevidade, que representa o número de pessoas acima daquela idade por cada 100 pessoas com idade igual ou superior a 65 anos. Em 2011, o índice de longevidade em Portugal era de 47,5 e mais de 2000 pessoas tinham uma idade superior a 100 anos. Os indivíduos com 75 e mais anos representavam 11% da população em 2001 e, em 2011, passaram a representar 14% (INE, 2012).

Na última década, o fosso entre jovens e idosos agravou-se. Conforme se pode ver na **Tabela 1.1** a percentagem de jovens diminuiu de 16% para 15%, entre 2001 e 2011, respetivamente. Na população idosa assiste-se a uma realidade no sentido inverso. Em 2001, a população envelhecida representava 16% da população e em 2011 aumentou para 19%.

Tabela 1.1: Estrutura etária (jovens e idosos) (%), por género. Portugal, 2001/2011

Estrutura etária da população por género (%)	2001			2011		
	Total	Homens	Mulheres	Total	Homens	Mulheres
Jovens Portugal	16,00	16,95	15,11	14,89	15,93	13,93
Idosos Portugal	16,35	14,16	18,40	19,03	16,69	21,17

Fonte: INE (2012)

A distribuição das pessoas idosas por região não é uniforme, verifica-se uma maior percentagem de população idosa nas regiões do interior do país. A **Tabela 1.2** mostra que entre 2001 e 2011 a população idosa (com 65 e mais anos) aumentou cerca de 19,4%, sendo as regiões do Alentejo e Centro as mais envelhecidas. As menos envelhecidas são as regiões autónomas da Madeira e dos Açores.

Tabela 1.2: População residente com 65 e mais anos (%), por género. NUTS II 1981/1991/ 2001/2011

	Total				Homens				Mulheres			
	1981	1991	2001	2011	1981	1991	2001	2011	1981	1991	2001	2011
Portugal	11,4	13,6	16,4	19,1	9,6	11,7	14,2	16,8	13,1	15,4	18,4	21,3
Continente	11,5	13,7	16,5	19,4	9,7	11,8	14,3	17,1	13,2	15,5	18,5	21,5
Norte	9,8	11,4	14,0	17,2	8,0	9,6	11,9	15,0	11,4	13,1	15,9	19,2
Centro	13,9	16,5	19,4	22,5	12,1	14,5	17,2	20,0	15,5	18,3	21,6	24,9
Lisboa	9,7	12,3	15,4	18,4	7,6	10,2	13,0	16,2	11,7	14,2	17,6	20,3
Alentejo	15,4	18,6	22,3	24,3	14,1	16,9	20,2	21,4	16,5	20,3	24,4	26,9
Algarve	15,8	17,3	18,6	19,6	14,2	15,7	16,8	18,1	17,4	18,8	20,4	21,1
R. A .Açores	11,3	12,5	13,0	13,3	9,4	10,7	10,8	10,9	13,1	14,2	15,0	15,5
R. A. Madeira	10,5	11,6	13,7	15,0	9,0	9,7	10,9	11,4	11,7	13,2	16,2	18,2

Fonte: INE (2012)

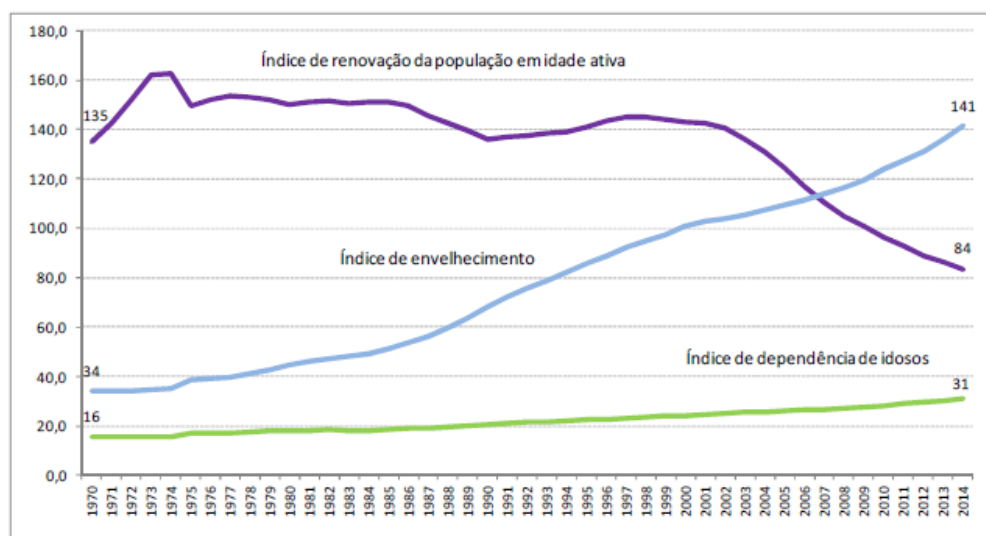
Na origem do crescimento do número significativo de pessoas idosas está o aumento da esperança de vida, que traduz o número médio de anos que uma pessoa poderá viver numa dada sociedade. De acordo com os dados do INE (2014), a esperança de vida tem sido diferente entre homens e mulheres, sendo, no caso português, de 77 anos nos homens e 82 anos nas mulheres. Este valor aumenta devido à diminuição das taxas de mortalidade, em consequência da melhor qualidade de vida, dos progressos

da Medicina e da Saúde Pública, que tenderão a aproximar a vida humana do teto de longevidade, estimado atualmente em cerca de 120 anos.

A população idosa é predominantemente composta por mulheres porque estas tendem a viver mais do que os homens, existindo uma evidente feminização da população idosa. Em 2013, ao nível mundial, havia 85 homens por cada 100 mulheres no grupo etário dos 60 e mais anos, e 61 homens por cada 100 mulheres no grupo etário dos 80 e mais anos. É expectável que este rácio aumente moderadamente nas próximas décadas, refletindo uma melhoria ligeira mais rápida na esperança de vida dos homens nas idades avançadas.

Conforme se pode verificar através da análise do **Gráfico 1.1**, o número de idosos ultrapassou o número de jovens pela primeira vez, em Portugal, em 2000, tendo o índice de envelhecimento, atingido os 141 idosos por cada 100 jovens em 2014. Também através deste gráfico é possível constatar o índice de dependência de idosos, que relaciona o número de idosos e o número de pessoas em idade ativa (15 a 64 anos de idade), que aumentou continuamente entre 1970 e 2014, passando de 16 idosos por cada 100 pessoas em idade ativa em 1970, para 31 em 2014. Por sua vez, o índice de renovação da população em idade ativa, que traduz a relação entre o número de pessoas em idade potencial de entrada no mercado de trabalho (20 a 29 anos de idade) e o número de pessoas em idade potencial de saída do mercado de trabalho (55 a 65 anos de idade), tem vindo a diminuir, com maior incidência nos últimos quinze anos: desde 1991 que este índice tem diminuído continuamente, tendo-se situado em 2010 abaixo dos 100, para atingir o valor de 84 em 2014.

Gráfico 1.1: Índice de envelhecimento, índice de dependência de idosos e índice de renovação da população em idade ativa (Nº). Portugal, 1970/2014



Fonte: INE (2015a)

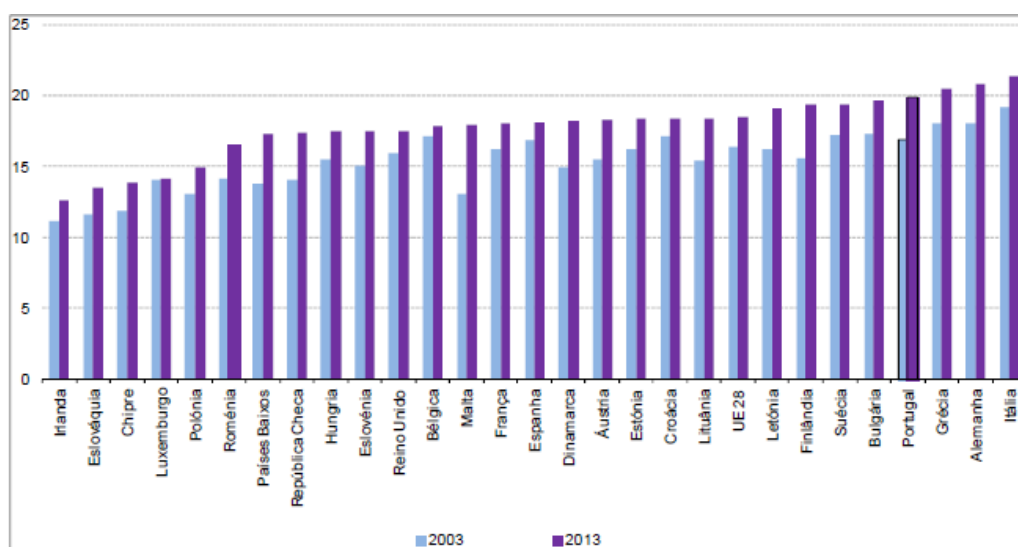
Um maior envelhecimento da população traduz-se, naturalmente, no aumento do número de famílias constituídas por pessoas idosas. Constata-se assim que, devido ao facto anteriormente referido de haver diferenças na esperança de vida de homens e mulheres, as famílias de pessoas idosas são em grande número famílias unipessoais, constituídas pelo cônjuge sobrevivente, geralmente a mulher (Pinto, 2011a). De acordo com os dados dos Censos 2011 (INE, 2012), a percentagem de pessoas idosas a viver sozinhas atingiu os 19,8%, o que evidencia a problemática do isolamento social e solidão que atinge este escalão etário, registando-se igualmente uma percentagem de 39,8% de pessoas idosas que viviam na companhia de outra pessoa da mesma faixa etária.

O processo de envelhecimento demográfico não é, ainda assim, apenas um fenómeno português ou meramente conjuntural. De facto, as características atuais e os cenários prospetivos apontam para tendências claras. O número de pessoas idosas vai aumentar de forma acentuada, quase que duplicará, aumentando de 85 milhões em 2008 para 151 milhões em 2060 na UE (EU, 2015). De acordo com os dados do INE (2015a), as alterações da população etária residente em Portugal e para o conjunto da UE28 são reveladores do envelhecimento demográfico da última década. Neste

contexto, Portugal apresenta no conjunto dos 28 Estados-Membros o 5º valor mais elevado do índice de envelhecimento e o 3º valor mais baixo do índice de renovação da população em idade ativa em 2003 e 2013.

Em 2014, a população residente em Portugal era constituída por 14,4% de jovens, 65,3% de pessoas em idade ativa e 20,3% de idosos. Portugal é o 4º país da UE28 com maior proporção de idosos. De acordo com os dados do Eurostat (2013), Portugal apresentava uma das estruturas etárias mais envelhecidas entre os 28 Estados-Membros da UE. A proporção de pessoas com 65 e mais anos era de 18,5% na UE28 e 19,9% em Portugal, valor apenas ultrapassado pela Grécia (20,5%), Alemanha (20,8%) e Itália (21,4%); a proporção mais baixa foi verificada na Irlanda (12,6%), conforme se pode confirmar através da análise do **Gráfico 1.2**.

Gráfico 1.2: População idosa (65 e mais anos) (%). UE28, 2003/2013



Fonte: Eurostat (2013)

Entre 2003 e 2013 todos os países da UE tiveram aumento da proporção de idosos, decréscimos da proporção de jovens – excluindo a Irlanda e Espanha – e de população em idade ativa – com exceção da Polónia, Eslováquia, Luxemburgo e Chipre.

A evolução da população mundial está igualmente a assistir a uma importante transformação demográfica no que diz respeito a um envelhecimento global da

população, em especial, nos países mais desenvolvidos. Esta tendência é evidente em alguns países da Europa, dos Estados Unidos da América e Japão, enquanto em outras zonas do globo, como a América Latina ou África, apesar do aumento do envelhecimento, apresentam um aceleração mais contida.

1.2. A dinâmica do processo de envelhecimento

Com efeito, o processo de envelhecimento é também um processo de escala individual dinâmico e multidimensional que vai ocorrendo ao longo da vida de cada um. Este processo está sob a influência de fatores endógenos e exógenos que vai evoluindo numa base onde pontua a heterogeneidade e a singularidade de cada indivíduo. Neste sentido, como é defendido por Paola (2012), o envelhecimento não deve ser considerado como o resultado de uma doença nem de um «erro evolutivo», mas como o resultado de um processo normal de cada ser vivo. Neste sentido Paola (2012), sugere quatro tipos diferentes de envelhecimento:

- Envelhecimento «normal»: relativo a uma conduta ativa na comunidade com ausência de doenças ou de quaisquer outros aspetos patológicos.
- Envelhecimento «bem-sucedido»: refere-se a um tipo de envelhecimento onde apenas se podem vislumbrar algumas incapacidades funcionais e sensoriais, com a manutenção de níveis elevados de capacidade física e cognitiva com uma participação social ativa e produtiva.
- Envelhecimento patológico ou «secundário»: o indivíduo apresenta doenças degenerativas crónicas com uma deterioração evidente do seu estado de saúde.
- Envelhecimento «terciário»: caracteriza-se por uma degenerescência acelerada das capacidades funcionais que precedem a morte.

Os processos de envelhecimento são bastante variáveis entre as pessoas; indivíduos com a mesma idade cronológica podem estar a passar por diferentes estados mentais e psíquicos (Neves & Amaro, 2012). Estes autores apresentam os seguintes indicadores: a idade funcional (capacidades físicas e cognitivas); a idade percebida (pelos outros e pelo mesmo); idade social (experiências: reforma/trabalho) e idade cognitiva. Neste sentido, para Fonseca (2005) parece ser vantajoso o recurso às seguintes «categorias» de idade propostas por Birren e Cunningham (1985):

- *Idade biológica*: o funcionamento dos sistemas vitais do organismo humano, importante na vertente saúde que afeta os indivíduos – o funcionamento desses sistemas diminui com o tempo;
- *Idade psicológica*: capacidades de natureza psicológica das pessoas para se adaptarem às mudanças de natureza ambiental, determinando as suas competências fundamentais para o controlo pessoal e autoestima;
- *Idade sociocultural*: conjunto específico de papéis sociais que os indivíduos adotam numa sociedade, influenciando os comportamentos, hábitos, estilos de relacionamento interpessoal.

Por sua vez, Fernández-Ballesteros (2000) propôs a noção de *Idade funcional*, tendo em conta que algumas funções diminuem necessariamente de eficácia (sobretudo as de natureza física, biológica), outras estabilizam (personalidade) e outras que, na ausência de doença, experimentam um crescimento ao longo de todo o ciclo de vida (experiência, sabedoria). Uma das implicações deste conceito é a de que uma intervenção externa orientada para reforçar algumas das funções (competências das pessoas idosas) pode permitir uma melhoria nas suas condições de vida para alcançar um adequado envelhecimento ativo.

Por conseguinte, Rosa (2012), distingue dois conceitos de envelhecimento: o envelhecimento individual/humano que é constituído pelas alterações fisiológicas do processo natural de envelhecer e envelhecimento coletivo que inclui as noções de envelhecimento demográfico ou societal. No seio desta perspetiva, pode referir-se a

opinião de Neugarten (1994), citado por Paola (2012), ao propor a denominação de «idosos-jovens», com idades compreendidas entre os 60-74 anos e os «idosos-idosos» com 75 e mais anos. De acordo com este autor, estas duas categorias referem o maior grau de autonomia para o primeiro grupo, já relativamente ao segundo grupo, onde esse grau de autonomia decresce, salientando-se os níveis mais elevados de dependência e de doenças associadas.

Ao nível internacional existem muitas definições sobre o conceito de pessoa idosa se bem que tradicionalmente se continue a considerar idosa a pessoa a partir dos 65 anos. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) considera-se como idosa uma pessoa com mais de 65 anos, ou mais de 60 anos se viver em países menos desenvolvidos. As Nações Unidas optam por não estabelecer uma idade para se ser considerado idoso, aceitando, contudo, a idade de 60 anos para esse efeito (UN, 2013). Neste contexto, Freire (1995), citado por Serra (2009), afirma mesmo que os critérios para a avaliação da idade, da juventude ou da velhice não podem, nem devem estar diretamente relacionados com o calendário, dado que esta noção tem que estar vinculada à forma como pensamos o mundo em que vivemos, da vitalidade de cada um.

Neste sentido, Salvarezza (1998), alerta e chama à atenção para o facto do processo de envelhecimento ser o resultado ou a consequência de cada sociedade, onde as diferenças entre classes sociais, as habilitações literárias, as profissões, os rendimentos, as experiências de vida, os contextos sociais, culturais e económicos e as suas múltiplas inter-relações fazem com que se promovam formas «próprias» de envelhecimento. O processo de envelhecimento vai-se construindo num meio social e cultural e que ocorre num dado espaço físico e temporal, que corresponderá sempre a uma experiência individual e singular como consequência das vivências, trajetos de vida, das práticas sociais e de toda uma experiência acumulada. Além disso, o envelhecimento deve ser compreendido como um resultado de um processo de aprendizagem, que seja um comportamento aprendido e que não esteja linearmente

vinculado à idade, mas a outros elementos, como seja a valorização da vida (Alencar, 2002).

Nesta perspetiva, Nazareth (1999), é de opinião que os decisores políticos tenham que salvaguardar vários princípios:

- o princípio da dignidade, ao assegurar que todas as pessoas idosas devem gozar de todos os direitos;
- o princípio da autonomia, sejam quais forem as circunstâncias, em especial, durante o seu período de aposentação;
- o princípio do desenvolvimento pessoal, ao se assegurarem as condições necessárias e suficientes para o seu próprio desenvolvimento;
- o princípio de acessibilidade, principalmente, no que diz respeito aos cuidados de saúde;
- o princípio da participação, em todas as áreas sociais, políticas, económicas, religiosas.

Uma outra questão relacionada com o processo de envelhecimento, prende-se com a designação dos indivíduos com mais idade, sendo que o termo de ‘velho’ parece ser aquele que menos adesão tem por lhe ter associada uma conotação mais negativa ou depreciativa. Por essa razão, têm sido utilizadas outras denominações que visam atenuar esta ‘carga’ mais negativa como, por exemplo: cidadãos idosos, cidadãos mais idosos, terceira idade, seniores, adultos idosos, maiores. Nesta investigação optou-se por adotar o termo «pessoa idosa» por ser um termo reconhecido por entidades internacionais, que consideram em termos cronológicos, a pessoa idosa como uma pessoa com mais de 65 anos. Contudo, o público-alvo desta investigação incide sobre a população com 50 e mais anos, uma vez que o paradigma das Universidades Seniores destina-se a pessoas desta faixa etária.

Estas classificações são úteis, no entanto a definição do conceito de pessoa idosa acarreta dificuldades de delimitação da categoria, na medida em que surgem algumas visões distintas. Uma representação descreve a pessoa idosa e a velhice de uma forma negativa, onde a pessoa idosa é encarada como um ser humano frágil em situação de “(...) pobreza, isolamento social, solidão, doença e dependência (...)” (Mauritti, 2004, p. 340). De acordo com a mesma autora, a segunda representação considera a pessoa idosa como um potencial ‘segmento específico de consumo’. Assim, a velhice é uma época de reflexão, lazer, dedicação às atividades como o ‘autoaperfeiçoamento’ que constituem elementos que convergem para as diferentes abordagens do conceito de Envelhecimento Ativo, defendido por vários autores (Correia, 2003; Fonseca, 2004; Paúl & Fonseca, 2005; Osório & Pinto, 2007; Pinto, 2009; Ribeiro & Paúl, 2011; Bárrios, 2011; Paúl & Ribeiro, 2012; Walker, 2012; Dias, 2012).

Ancorando-se na visão de que é possível manter o Bem-estar e a qualidade de vida no processo de envelhecimento, a discussão em torno do conceito de envelhecimento ativo tem originado discussões sobre o envelhecimento saudável, bem-sucedido e produtivo, salientando que o envelhecimento não é sinónimo de doença e inatividade (Baltes & Carstensen, 1996; Fernández-Ballesteros, 1998; Walker, 2002; Bowling, 2007; Neri, 2008; Pires, 2008; Silva, Lima, & Galhardoni, 2010; Dias, 2012; Bárrios & Fernandes, 2014).

O estudo do envelhecimento deve assentar numa abordagem global que contemple as relações entre os múltiplos aspetos que o integram, como a vida familiar, o emprego, a educação, a integração sociocultural, a saúde e a qualidade de vida. Face a estas componentes, apresenta-se um mapa conceptual do Envelhecimento da nossa autoria (**Figura 1.2**).

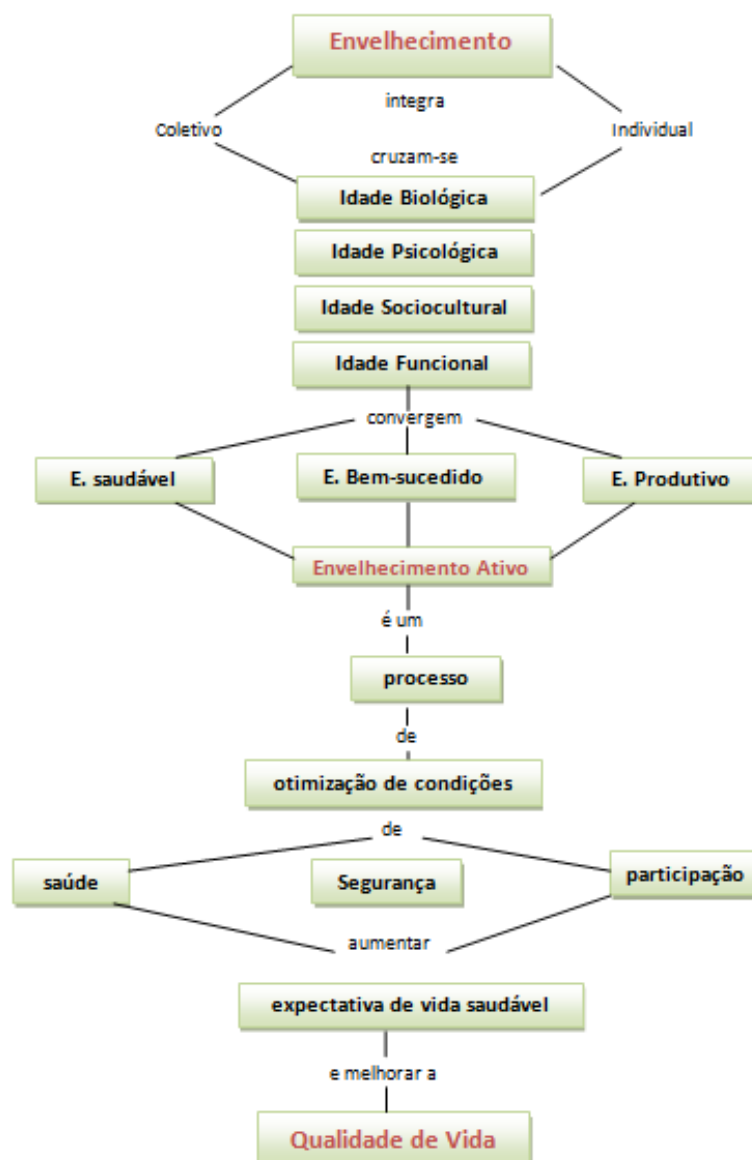


Figura 1.2: Mapa conceitual do Envelhecimento

Para falar das alterações do envelhecimento será dada relevância ao processo fisiológico, analisando as características naturais do envelhecimento. A discussão irá restringir-se aos aspetos pertinentes ao campo de análise desta investigação, isto é, relacionadas às alterações decorrentes da idade na interação do utilizador com o computador (IUC) e com os ambientes digitais. A **Tabela 1.3**, elaborada a partir dos estudos de Sales e Cybis (2003), Preece et al. (2005) e Czaja e Sharit (2013), ajuda nessa compreensão.

Tabela 1.3: Alterações decorrentes do envelhecimento e a interferência na interação Utilizador – Computador e ambientes digitais

Alterações decorrentes do processo de envelhecimento	Interação Utilizador – Computador e ambientes digitais
Visuais: dificuldades em discriminar detalhes de objetos próximos; dificuldades de leitura para interpretar a visão nas mudanças rápidas de ambientes com luminosidade diferente.	Diminuição da capacidade de visão pode afetar a IUC quando o tamanho das fontes disponíveis nos <i>softwares</i> e/ou ambientes digitais de reduzidas dimensões ou ícones.
Auditivas: diminuição gradual da capacidade auditiva; zumbido; dificuldade quanto à atenção em casos de ruído ambiental ou conversas em grupo; baixa tolerância a sons de alto volume e grande intensidade.	Pode interferir na IUC quando os sons disponibilizados pelos <i>softwares</i> e/ou ambientes digitais não se apresentam de maneira clara e audível.
Físicas: de ordem osteomuscular e muscular.	Afetam a IUC na utilização dos aspetos físicos de interação (<i>hardware</i>). Ergonomia.
Atenção: dificuldades quanto à atenção dividida, ou seja, diminuição da capacidade de dar atenção a várias coisas ao mesmo tempo.	Interferem na IUC quando os seniores precisam ativar a atenção seletiva por entre muitas opções. Varrimento do ecrã.
Percepção: diminuição na capacidade de descobrir figuras ou formas inseridas em padrões complexos.	Afetam a IUC quando os seniores não reconhecem/percebem elementos misturados e/ou fragmentados, como, por exemplo, textos, imagens e sons. Fundos com contraste adequado.
Memória: alterações mais salientes relacionadas com a memória primária, ou seja, a memória de curto prazo.	Prejudicam a IUC quando os seniores não conseguem memorizar os recursos que acabaram de aceder. Possibilidade de recuar e de avançar sempre que o desejarem.
Aprendizagem: relacionadas com as alterações de atenção, percepção e memória.	Interferem na IUC quando os utilizadores seniores não conseguem usar os processos cognitivos de atenção, percepção e memória adequadamente, prejudicando a aprendizagem. Existência de tutoriais em suporte papel.
Linguagem: relacionadas com a produção e receção da linguagem, no que diz respeito à leitura, fala e audição.	Prejudicam a IUC quando os seniores não conseguem utilizar os sistemas sensoriais relacionados com a visão e a audição para processamento da linguagem ou porque estão em inglês.
Resolução de problemas, planeamento, raciocínio e tomada de decisões: relacionadas mais com o indivíduo em si só, do que com os seniores em geral.	Interferem na IUC quando os seniores não conseguem gerir erros no uso de um <i>software</i> e/ou ambientes digitais, utilizar opções de procura avançada, encontrar determinada informação por motivos de uso excessivo de elementos gráficos e/ou textuais.

Fonte: Sales e Cybis (2003), Preece et al. (2005) e Czaja e Sharit (2013)

Uma perspetiva centrada em todos estes decréscimos, conduz a uma visão da pessoa idosa como alguém isolado e inútil para a sociedade, assim como um indivíduo que é geralmente dependente económica e fisicamente de alguém (Verona et al., 2006).

Contudo, esta ideia poderá estar em transformação. As pessoas idosas hoje apresentam-se com maior vitalidade do que no passado e anseiam por experimentar projetos futuros, a curto prazo, e poder contribuir para a produção ou até mesmo intervir nas mudanças sociais e políticas (Kachar, 2002). Esta evolução social tem vindo a ser acompanhada pela revolução tecnológica, o que assinala um novo modelo social em que a apropriação e a utilização das tecnologias, bem como o controlo dos fluxos de informação, perfazem novas questões, não só sociais como políticas (Santos, 2005).

De acordo com Fonseca (2004), as análises têm confirmado a existência de uma série de mitos, de estereótipos acerca das capacidades das pessoas idosas, traduzidas globalmente na ideia de que estes são incapazes de se desenvolverem. A imagem ou mito é, por natureza, uma visão implícita, inconsciente, complexa e multidimensional. Vários estudos mostram que a velhice e o envelhecimento estão associados a juízos e interpretações positivas, negativas e/ou neutras, mas, na sua génese, são formulados por rótulos mais negativos e discriminatórios, assumindo-se a designação de idadismo/velhismo ou o termo em inglês «*ageism*». O fenómeno de *ageism* também condiciona a qualidade das atividades e das interações sociais pela pessoa idosa. Mas *ageism* não é apenas uma atitude negativa e individualizada face às pessoas idosas, espelha os nossos valores culturais e as práticas institucionais da sociedade, que corresponde a um problema grave das sociedades atuais.

Os dados do Eurobarómetro Especial de 2012 sobre *Active Aging*, revelam a proporção de quem já sofreu ou testemunhou situações de discriminação em 2009 e 2010 (EC, 2012). Dos indivíduos com mais de 55 anos, 16% sofreram ou testemunharam a discriminação no local de trabalho (aliás este corresponde ao local onde mais frequentemente essa acontece), 8% na área da educação, 15% em cuidados de saúde, 13% em produtos ou serviços financeiros e 7% na área do lazer.

Além destas formas mais evidentes de discriminação em relação às pessoas idosas, existem outros modos mais subtis de *ageism*. Muitas vezes, o comportamento de superproteção e ajuda excessiva podem manifestar-se discriminatórios e prejudiciais

porque tendem a promover a incapacidade e a dependência (Marques, 2011). As dificuldades no acesso a determinados serviços também perfazem formas de tratamento negativo, com consequências graves. A compreensão das diferentes manifestações que o *ageism* pode assumir na sociedade torna-se essencial para que se afigure uma possível delineação de políticas adequadas ao combate deste tipo de discriminação.

Como defende Fontaine (2000), os mitos sobre o envelhecimento, implícitos na visão referida, refletem, pelos seus estereótipos e conotação negativa ou hostil, um profundo desconhecimento do processo do envelhecimento:

- *o idoso é infeliz*: O que se verifica é, pelo contrário, que o nível de satisfação de vida é elevado, em comparação com o dos mais adultos;
- *os idosos não produzem tanto como os jovens*. Pelo contrário, os idosos têm uma taxa de absentismo inferior, menos acidentes e maior constância de rendimento no trabalho;
- *conservadorismo e incapacidade de mudar*: Se bem que se tornem mais estáveis, as pessoas idosas não são, por definição, avessos à mudança, podendo adaptar-se a situações novas, como o resto das pessoas;
- *os idosos são todos iguais*: Nada mais falso, pois quanto mais se envelhece, mais as idiossincrasias de cada um se acentuam, aos mais diversos níveis (das ideias, convicções, traços de personalidade, do humor, etc.).

Neste contexto, Kalache e Edwards (2001), referem a recente mudança do paradigma do envelhecimento populacional considerado como um pesado fardo, para o conceito da pessoa idosa como fonte de recursos (abordagem debilitante vs. abordagem habilitante). Os processos debilitantes aumentam as necessidades das pessoas idosas e conduzem ao isolamento e dependência; os processos habilitantes restauram as funções e aumentam a participação da pessoa idosa em todos os aspetos da sociedade. Para os autores referidos, se se pretende que o envelhecimento seja uma experiência positiva, uma vida mais longa tem de ser acompanhada por oportunidades

continuadas de independência, saúde, produtividade, segurança e realce da qualidade de vida. Estes autores apresentam a noção de “Active Ageing”, adotada pela OMS e outras organizações afins como expressão do ponto de vista acima referido.

O tema do envelhecimento está claramente inscrito na agenda internacional. Desde a Organização das Nações Unidas (ONU), através da Organização Mundial de Saúde (OMS) até à Comissão Europeia (CE), passando pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), todas estas instituições promovem iniciativas que visam alertar as sociedades para os problemas do envelhecimento e definir medidas suscetíveis de dar corpo às políticas públicas vocacionadas para a resolução desses problemas. A última dessas iniciativas que decorreu nos países da UE foi a celebração do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações em 2012.

O quadro dos princípios e orientações elaborado por estas instituições é conhecido por envelhecimento ativo e constitui, presentemente, um paradigma necessário para entender as questões que o envelhecimento coloca às sociedades e as soluções que devem ser desenvolvidas. Se a adoção do paradigma do envelhecimento ativo é comum a todas as organizações internacionais, a abordagem que elas desenvolvem nem sempre é coincidente, refletindo preocupações e soluções distintas, que resultam, em parte pelo menos, dos objetivos e do âmbito de intervenção que caracterizam essas organizações.

A definição avançada pela OCDE é talvez a que tem um espectro mais amplo. Segundo esta organização, o envelhecimento ativo deve ser entendido como a capacidade das pessoas que avançam em idade levarem uma vida produtiva na sociedade e na economia. Isto significa que as pessoas podem elas próprias determinar a forma como repartem o tempo de vida entre as atividades de aprendizagem, de trabalho, de lazer e de cuidados aos outros (OCDE, 1998). Esta definição realça a necessidade de prolongar a condição de ativo, desde que as condições de exercício profissional possam acompanhar os condicionalismos resultantes do processo de envelhecimento.

Sem propriamente colidir com a definição anterior, aquela que é proposta pela OMS coloca ênfase noutros aspetos. A qualidade de vida é, claramente, a tónica dominante da definição (OMS, 2002), ainda que as condições de saúde sejam realçadas, estão longe de contemplar apenas os aspetos médicos. O envelhecimento ativo não se restringe ao âmbito dos comportamentos promotores da saúde, leva também em consideração os fatores ambientais e pessoais que interagem com as condições de saúde. As envolventes que enquadram o envelhecimento, como a família, a comunidade e a sociedade em que o processo ocorre, exercem um impacto enorme na forma como se envelhece.

Por seu turno, a CE entende o envelhecimento ativo como uma estratégia coerente visando permitir um envelhecer saudável nas sociedades envelhecidas, sendo para isso necessário desenvolver um conjunto de práticas que englobam a educação e a formação ao longo da vida; o prolongamento da vida ativa, o adiamento na entrada na reforma e, mais progressivamente, por conseguir que as pessoas idosas se tornem ativas durante a reforma e realizem atividades que reforcem as suas capacidades e preservem a saúde (CE, 2002). A definição destaca acima de tudo a atividade, seja ela produtiva ou não, embora exista claramente uma referência ao prolongamento da vida profissional na relação que se estabelece com o estado de saúde. Segundo a CE, é através da atividade que o envelhecimento se torna saudável, onde a educação e a formação ao longo da vida têm um papel preponderante.

O envelhecimento ativo, enquanto paradigma de intervenção para as políticas públicas, é definido pela WHO (2002) como o processo de otimização de condições para a saúde, participação e segurança, no sentido de aumentar a qualidade de vida ao longo do processo de envelhecimento. Esta abordagem, nos seus três pilares de atuação: saúde, participação e segurança tem subjacente uma perspetiva de valorização dos Princípios das Nações Unidas relativos às pessoas idosas que incluem a independência, a participação, os cuidados, a autorrealização e a dignidade (UN, 1991). Por outro lado, chama a atenção para o facto de serem múltiplas as influências

sobre a forma como os indivíduos e as populações envelhecem implicando a necessidade de atender a fatores pessoais e comportamentais, mas também a características do ambiente físico e social, a determinantes económicos, a fatores relativos aos sistemas de saúde e serviços sociais, bem como às dimensões transversais da cultura e do género.

1.3. Políticas sociais para as pessoas idosas

A Política Social pode ser definida “(...) como um sistema de políticas públicas que procura concretizar as funções sociais do Estado, com o objetivo de promover a coesão social e a condução coletiva para melhores patamares de qualidade de vida (...)” (Carmo, 2011, p.40). Ainda, segundo Carmo (2011), a Política Social pode ser encarada como um subsistema da intervenção social, tratando-se antes de mais, de uma intervenção social de escala macro, em que o sistema interventor é a administração pública, o Estado ou uma entidade supra estatal. Traduz-se numa estratégia de coesão social orientada para a defesa dos direitos humanos e para o desenvolvimento, concretizada em políticas públicas de educação, formação, segurança social e familiar, saúde, habitação social, ambiente, cultura e desenvolvimento económico.

Para Fernandes (2001), a definição de políticas de velhice, a partir de uma formulação mais rigorosa e objetiva dos problemas do envelhecimento e da análise exaustiva da diversidade de realidade sociais, poderá proporcionar as correções necessárias para que as futuras gerações de pessoas idosas possam vir a viver melhor do que as que as antecederam. Neste sentido Pinto (2011b), aconselha a formação ao longo da vida como forma de melhor promover um maior índice de independência da pessoa idosa. Por sua vez, António (2010) encoraja e estimula a relação intergeracional pelo facto de vários estudos terem vindo a demonstrar que os mais jovens que aprendem com os mais velhos, acabam por vir a possuir atitudes mais positivas em relação a estes e,

consequentemente, acabam também por colaborar para um melhor envelhecimento ativo.

Também Requejo (2007), fala de uma política social implementadora de princípios que ajudem as pessoas idosas a alcançar a independência, o respeito pelas condições de vida próprias deste grupo etário, pela sua participação nas políticas responsáveis pelo seu Bem-estar e que digam respeito à sua saúde, autorrealização e dignidade. Este autor conclui que estas políticas sociais serão geradoras de uma mudança pessoal e social que, apesar das limitações impostas pela idade, impõe progressivamente um conceito de velhice positivo, ativo, orientado para o desenvolvimento, aberto a uma maior ação e comunicação intergeracional, como referente de uma sociedade mais solidária que apoia as pessoas de todas as idades.

Por vezes, as políticas sociais para a população idosa, concentram-se apenas nas intervenções sociais relacionadas com as pensões, o apoio na saúde e o apoio social dos indivíduos mais carenciados. Numa nova perspetiva, as políticas sociais devem igualmente concretizar as funções do Estado na área da educação, da prevenção da doença, da segurança, da cultura e da tecnologia. Um dos aspetos importantes destas novas políticas está relacionado com o uso das TIC pelas pessoas idosas, que no entender de Páscoa e Gil (2012d) podem constituir uma resposta social para um adequado envelhecimento ativo. Esta temática irá ser desenvolvida ao longo desta tese, neste momento, a atenção recai nas principais iniciativas mundiais, europeias e nacionais para a promoção do envelhecimento.

Apesar de terem ocorrido já diversas iniciativas internacionais para a população idosa, a 1ª Assembleia Mundial sobre Envelhecimento que teve lugar em Viena, no ano de 1982, pode ser considerada como um marco histórico pelo facto de ser uma referência nesta matéria (UN, 1983). O propósito consistiu em iniciar um programa internacional de ação que garantisse a segurança económica e social das pessoas idosas, assim como criar oportunidades para que essas pessoas pudessem contribuir para o desenvolvimento dos seus países. Como consequência desta Assembleia foi aprovado

o Plano de Ação Internacional de Viena sobre Envelhecimento, que devia ser considerado parte integrante das principais estratégias e programas internacionais, regionais e nacionais. As principais metas deste Plano de Ação são fortalecer a capacidade dos países para abordar de maneira efetiva o envelhecimento da população e atender às necessidades especiais e preocupações das pessoas idosas, impulsionando uma resposta internacional apropriada ao problema (ONU, 1982).

Na Assembleia Mundial de Viena ficou também expressa a ideia e a convicção de que as pessoas idosas devem continuar a ter uma intervenção social ativa, não apenas pela sua experiência acumulada, mas também na realização de trabalhos comunitários em regime de voluntariado, na promoção de condições para a aprendizagem ao longo da vida através de cursos de formação formais/informais, na organização de eventos culturais e desportivos, em atividades de lazer e de turismo e também na participação política e cívica.

Em 1991, a Assembleia Geral aprova os princípios das Nações Unidas a favor das Pessoas Idosas, divididos em cinco secções: i) independência, que inclui direitos básicos como o acesso à alimentação, à habitação, ao vestuário e a cuidados de saúde apropriados, aos quais se acrescem a oportunidade de um trabalho remunerado e o acesso à educação e formação; ii) participação das pessoas idosas na formulação e aplicação das políticas que afetam diretamente o Bem-estar e poder partilhar os seus conhecimentos e capacidades com as gerações mais novas, assim como poder formar movimentos ou associações; iii) cuidados, a pessoa idosa deve poder beneficiar dos cuidados da família, ter acesso aos serviços de saúde e gozar dos seus direitos humanos e de liberdade, quando resida em lares ou instituições de prestação de cuidados ou tratamento; iv) autorrealização, afirmando que as pessoas idosas devem poder aproveitar as oportunidades de desenvolver o seu potencial, mediante o acesso aos recursos educativos, culturais, espirituais e recreativos da sociedade; v) dignidade, que refere que as pessoas idosas devem poder viver com dignidade e segurança libertos dos maus-tratos físicos ou mentais, serem tratados dignamente, independentemente da idade, sexo, raça ou origem étnica, presença de deficiência,

condição económica ou qualquer outra situação, e serem valorizados independentemente do seu contributo económico.

A Assembleia Geral da ONU declarou 1999 como o Ano Internacional do Idoso, em reconhecimento da longevidade demográfica da população mundial. Em 2002, organiza-se a 2ª Assembleia Mundial sobre Envelhecimento, em Madrid, com o objetivo de desenvolver uma política internacional para o século XXI. A Assembleia adotou um plano de ação sobre o envelhecimento. Este plano de ação preconizava mudanças de atitudes, políticas e práticas em todos os níveis para satisfação das potencialidades do envelhecimento do século XXI. As recomendações para a ação dão prioridade aos adultos mais velhos, com destaque para a melhoria da saúde e Bem-estar. No tema quatro proposto no plano de ação, sobre a promoção da saúde e do Bem-estar durante toda a vida, secção sobre o acesso ao conhecimento, à educação e à capacitação, alerta-se já para o facto das mudanças tecnológicas poderem contribuir para a alienação das pessoas idosas carentes de educação ou capacitação.

Propõe-se que um maior acesso à educação na juventude beneficiará as pessoas à medida que vão envelhecendo, inclusive para fazer face às mudanças tecnológicas. Contudo, os níveis de analfabetismo continuavam elevados em muitas regiões do mundo. Reconhecia-se então que a tecnologia podia ser utilizada para unir as pessoas e contribuir para a redução da marginalização, da solidão e da separação entre gerações (ONU, 2002). Consequentemente, deveriam adotar-se medidas que permitissem o acesso, a participação e a adaptação das pessoas idosas às mudanças tecnológicas.

Segundo Blazer (2005), qualquer tipo de atividade é o ingrediente fundamental para uma velhice bem-sucedida e um estilo de vida ativo, tanto física como socialmente, é o melhor meio de conseguir uma satisfação com a vida na idade avançada. Pelo contrário, o isolamento social e a falta de apoio social, estão associados, na pessoa idosa, segundo o mesmo autor, com sintomas depressivos. Existem instituições que são especialmente orientadas para a velhice, e norteiam-se pelos princípios de

prevenção da dependência e integração das pessoas idosas na comunidade. Os Centros de Dia, os Centros de Convívio, Lares de Idosos, Universidades Seniores ou Serviços de Apoio Domiciliário constituem respostas sociais na promoção da Qualidade de Vida (QV) das pessoas idosas.

A par da tendência para o envelhecimento, tem-se verificado uma crescente preocupação com a QV da população idosa. Mas o que é a Qualidade de Vida? A análise do conceito pode desdobrar-se em várias dimensões, umas de natureza objetiva, outras de natureza subjetiva, mas igualmente importantes. Entre as dimensões objetivas pode-se indicar: a saúde física e mental, as condições de habitação, o tipo de alimentação, o acesso a bens de consumo essenciais; o acesso a bens culturais, a integração familiar e comunitária e o acesso à participação cívica. As dimensões de natureza subjetiva dizem respeito à forma como a pessoa avalia a sua QV. Como a QV objetiva e subjetiva inclui muitas dimensões que são de natureza social, a sua análise é de grande importância para a vida familiar, podendo falar-se não só na QV do indivíduo, mas igualmente na QV da família (Amaro, 2014).

Sem um consenso sobre a definição de QV, a OMS reuniu especialistas de várias partes do mundo e definiu-a como a perceção do indivíduo sobre a sua própria posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais está integrado e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHOQOL Group, 1995). Nesta definição, são centrais as características de subjetividade, multidimensional e bipolaridade. Gabriel e Bowling (2004) tentaram compreender, segundo a perspetiva das pessoas idosas do que consideram depender a sua QV. Estudaram 999 pessoas com 65 e mais anos a viver em Inglaterra, das quais 80 foram entrevistadas com mais profundidade. Os participantes associaram à QV temas como ter boas relações sociais, ajuda e suporte, habitar numa casa e numa vizinhança que forneçam prazer, segurança e acesso a transportes e serviços, manutenção de um papel ativo na sociedade, participação em atividades de lazer, saúde e mobilidade, possuir uma visão psicológica otimista e de aceitação de circunstâncias inalteráveis, ter dinheiro suficiente para as

necessidades básicas, para participar na sociedade, desfrutar da vida e para conservar a independência.

Falar de QV da pessoa idosa remete para uma constelação de valores que lhe estão relacionados, ou de metas a atingir, para se lograr um envelhecimento ativo. Entre tais dimensões, contam-se a felicidade, o prazer, a satisfação com a vida, o Bem-estar, a integridade e a sabedoria. Entretanto, muitos dos desconfortos físicos e psíquicos das pessoas idosas advêm do facto destas se encontrarem sozinhas. Pode opor-se “isolamento”, ou separação física, a “solidão”, ou sentimento de se ser excluído dos outros (Léger, Tessier, & Mouty, 1994). Para Santos (2000), o sentimento de solidão resulta das expectativas individuais relativamente aos contactos sociais e da falta de planos para as atividades do dia a dia. Este sentimento de solidão, tão frequente na pessoa idosa, é produto do conceito de vida das sociedades dos nossos tempos, valorizando os aspetos materiais, e secundarizando o afetivo, os valores da família e da amizade. O isolamento é, por vezes, procurado como um bem, como um meio de reencontro das pessoas consigo mesmas; a solidão relacional, pelo contrário, é geradora de inquietação e angústia. Para contrariar os sentimentos de solidão na pessoa idosa, podem desenvolver-se técnicas de intervenção e animação que favoreçam os contactos sociais e as TIC poderão ser igualmente um apoio fundamental para ultrapassar estes sentimentos (Páscoa & Gil, 2012e).

Agora abordou-se a QV da pessoa idosa e de alguns conceitos que lhe estão relacionados, deixando-se para o fim o conceito de «Bem-estar», porque é talvez, o mais importante, e porque se relaciona de um modo íntimo com o conceito de QV. Poderá dizer-se que os dois conceitos se implicam mutuamente, ou, que se pressupõem um ao outro, podendo o conceito de «Bem-estar» desdobrar-se em duas dimensões: «Bem-estar mental» e «Bem-estar social», que será alvo de clarificação na secção seguinte.

1.4. Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

A relação e fronteiras entre os conceitos de Bem-estar/BE e Qualidade de Vida/QV são complexas e de difícil delimitação. Existem consideráveis dificuldades de operacionalização e de clarificação conceptual destas temáticas que têm vindo a receber atenção crescente, nomeadamente nas políticas e investigação gerontológica (Bowling, 2005), mas a partir de perspectivas e modelos bastante diversificados.

Sob a designação genérica comum de Bem-Estar/BE, incluem-se diversas linhas de investigação ou domínios – sem que as delimitações entre elas sejam unânimes ou claras, ou, sequer, muitas vezes, explicitadas. Ocupando-se do BE na idade adulta avançada, Novo (2003), por exemplo, explora a distinção fundamental entre duas orientações e concetualizações, que se podem distinguir como Bem-Estar Subjetivo (BES) e Bem-Estar Psicológico (BEP). O constructo de BES remete para a apreciação subjetiva global que os indivíduos fazem da sua própria vida, podendo, em termos mais básicos, ser definido a partir de duas componentes: uma de natureza mais cognitiva – a Satisfação com a Vida – e outra mais emocional – a Felicidade (avaliadas muitas vezes por itens únicos). Nesta tese irá abordar-se a componente cognitiva designada satisfação com a vida.

A satisfação com a vida, componente cognitiva do BES, é um julgamento global feito pelo indivíduo, quando considera a sua vida como um todo, considerando a presença de sentimentos positivos (devido a apreciações positivas dos acontecimentos), na maior parte do tempo, ao invés de sentimentos negativos (devido a apreciações negativas dos acontecimentos). Ou seja, é a apreciação dos eventos, acontecimentos e circunstâncias. Como afirma Diener (1994), a satisfação com a vida também engloba aspetos como o zelo, a determinação, a fortaleza e a felicidade, as relações entre os objetivos desejados e os alcançados, o autoconceito, a moral, o humor e o Bem-estar em geral.

O termo Bem-Estar Subjetivo (BES), refere-se, conforme propõem Kahneman, Diener e Schwarz (1992), à avaliação que as pessoas fazem das suas próprias vidas. Por

exemplo, se uma pessoa reporta que na maioria dos aspetos da sua vida está satisfeito, que vivencia sentimentos positivos na maior parte do tempo, ela está dizendo que possui um elevado Bem-estar subjetivo. A satisfação implica um julgamento ou uma experiência cognitiva, enquanto a felicidade se relaciona mais com sentimentos e afetos.

Para Spirduso (2005), o Bem-estar é extremamente pessoal, portanto as sensações dos indivíduos devem ser obtidas por auto relatos. Assim, quando o Bem-estar é pesquisado, Scheibe e Carstensen (2010), referem-se a ele como “Bem-estar expressado” ou “Bem-estar subjetivo”. Numa revisão dos dados mais recentes, Scheibe e Carstensen (2010), sublinham que as mudanças no processamento cognitivo contribuem para uma melhor regulação emocional e qualidade de vida das pessoas idosas. Com base ou não na regulação emocional que parece favorecer as pessoas idosas, uma das questões centrais do processo de envelhecimento é mesmo o Bem-estar. George (2010) elege, como tema central a questão do Bem-Estar Subjetivo (BES) em idade avançada, partindo de uma revisão da literatura sociológica e psicológica, sobretudo da última década. A autora começa por referir que a utilização deste termo é imprecisa, aparecendo frequentemente como sinónimo de felicidade, Bem-estar psicológico, afeto positivo e ânimo. A questão distintiva é a estabilidade do estado, sendo a satisfação com a vida e o ânimo orientações mais estáveis, enquanto a felicidade seria mais dependente do humor e menos cognitiva. O afeto positivo ainda seria mais volátil, respondendo ao estímulo imediato. A autora, baseada em vários estudos, refere que as pessoas idosas são mais felizes e satisfeitas com a vida do que jovens e adultos jovens.

Numa resenha das teorias explicativas, George (2010) aponta as seguintes conclusões:

- As teorias da discrepância referem que as pessoas idosas são as que mostram menor discrepância entre o que desejam e o que têm, o que acontece quer porque tiveram sucesso quer porque baixaram as suas expectativas;
- Através da comparação com os outros (social), as pessoas formam uma classificação em que se posicionam, podendo fazê-lo comparando-se com os

que estão melhor, ou com os que estão pior, sendo que as pessoas idosas fazem comparações em baixa, o que contribui para o seu elevado BES;

- A estratificação social do BES prevê maior BES em pessoas com mais recursos (estatuto socioeconómico mais elevado);
- Os indicadores sociais olham mais para o grupo do que para o indivíduo e elegem a relação entre o BES e o Produto Interno Bruto dos países para estabelecer comparações que apontam, *grosso modo*, no sentido dos países mais ricos serem os que referem mais BES.

Para Pinquart e Sorensen (2000), os determinantes do BES incluem a idade, o género e mostram ainda a importância da educação e do rendimento na previsão do BES. Além disso, a saúde e a ausência de incapacidade, a participação social, o estado civil, as redes sociais e a capacidade de controlo são variáveis que se associam ao BES no sentido positivo esperado. Uma das conclusões de Diener e Suh (1997), é de que o BES é mais suscetível de ser alcançado por pessoas que lutam pelos seus objetivos e progridem neles, de acordo com os seus valores pessoais. Isso é muito significativo quando se pretende estudar o BES das pessoas idosas. Com a reforma, muitas pessoas idosas acabam por perder os seus objetivos de vida, não têm mais metas para atingir no trabalho e acabam por se sentir com isso desvalorizadas, sentimento que apresenta uma relação inversa com o BES. Em contrapartida, quando as pessoas idosas procuram outras atividades, como por exemplo a aprendizagem das TIC ou outras atividades quaisquer que valorizem as suas capacidades, elas têm a oportunidade de recriar novos objetivos e novas metas para serem atingidas e com isso sentem-se mais valorizadas e consequentemente isso influencia positivamente no seu BES.

As representações que cada indivíduo tem do processo de envelhecimento – do seu e do dos outros – é resultado não só das suas vivências, como das atitudes globais formadas na sociedade. Essa perceção contribui para o seu Bem-estar quotidiano bem como para aquele que projetam quanto ao seu futuro, gerando perspetivas mais otimistas ou mais pessimistas quanto àquilo que significa envelhecer. De acordo com um estudo realizado por Cabral et al. (2013), os portugueses com mais de 50 anos têm,

em média, uma perspectiva positiva do envelhecimento, diminuindo contudo significativamente esse otimismo com o avançar da idade.

São vários os eventos que podem comprometer o controlo das pessoas idosas, e consequentemente o BES, mas Neri (2007) refere três deles considerados mais importantes:

- A ocorrência de eventos incontroláveis, como uma doença, a morte de alguém próximo, problemas familiares graves;
- Os estereótipos sobre a velhice, que trata as pessoas idosas como se todos fossem iguais: dependentes, confusos, com problemas de saúde e de memória. Isso pode fazer com que os profissionais que trabalham com as pessoas idosas, ou até mesmo os familiares, os tratem de maneira a menosprezar as suas capacidades e ignorar os seus esforços, contribuindo para que se tornem desmotivados e desacreditados em si mesmo;
- Características pessoais como o perfeccionismo aliado ao baixo senso de auto eficácia, fazem com que as pessoas idosas desistam de se comportar para a realização de algo porque acreditam que não são capazes ou não possuem as características necessárias para tal.

Relativamente às medidas do BES, a primeira escala para medir o BES, foi proposta por Brandburn (1969), e era conhecida por *Affect Balance Scale*, e separava as medidas de afetos positivos e negativos. Alguns anos depois, Andrews e Withey (1976), criam uma nova escala para medir o Bem-estar global, essa escala alcançaria as componentes afetivas e cognitivas, e tem um alto coeficiente de correlação, por isso é utilizada até hoje. Outro instrumento muito utilizado foi a Escala de Faces, de Andrews e Withey (1976), composta por sete faces cujas expressões variam de muito positivo a muito negativo. A seguir, era questionado ao sujeito qual das fisionomias era a mais próxima para expressar como estava se sentindo sobre a sua vida. Outro instrumento desenvolvido por Andrews e Withey (1976) foi a *Delighted-Terrible Scale*, composta

por uma escala de resposta tipo *Likert* de sete pontos, ilustrada por adjetivos desde *terrible* (terrível) até *delighted* (encantado).

Atualmente, os instrumentos de BES mais utilizados em pesquisas com adultos são a Escala de Satisfação de vida, de Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985) e as Escalas PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) de Watson, Clark e Tellegen (1988). A Escala de Satisfação de vida de Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985), foi desenvolvida para avaliar a satisfação de vida global em adultos e jovens, assim como em pessoas idosas. As Escalas PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) de Watson, Clark e Tellegen (1988) foram desenvolvidas na tentativa de suprir a lacuna de instrumentos psicometricamente bem construídos, económicos e de fácil aplicação, que avaliassem afeto positivo e negativo. Cada escala é composta por dez itens, que são termos descritores de estados de humor. Em Portugal, a investigação sobre BES é ainda restrita, no entanto, destacam-se os trabalhos de revisão sobre o BES, de Simões et al. (2000), sobre a QV de Pais Ribeiro (1994, 2002, 2004), e sobre a Felicidade, de Oliveira (2000).

Perante o que anteriormente foi referido sobre o conceito de «Bem-estar», na nossa opinião, pode-se afirmar que este sempre esteve associado à conceção comum do que é ter uma vida satisfatória. Encerra a noção de que aquilo que é importante para uma boa vida não está na presença de um conjunto específico de circunstâncias e nas condições objetivas que se possuem, mas sim no impacto que estas têm sobre a forma como as pessoas se sentem na vida. Por outras palavras, a satisfação que cada pessoa sente com a vida em geral capta uma avaliação reflexiva sobre a forma como ela se desenrola quotidianamente.

Após uma clarificação do conceito de «Bem-estar» baseada em vários autores, considera-se pertinente construir um mapa conceptual associado a este conceito. A nossa visão assenta no Bem-estar tendo subjacente a componente cognitiva designada satisfação com a vida, esta, por sua vez, varia com as algumas variáveis (idade, género, estado civil, educação, rendimento), e exige atingir metas de natureza mental e de

natureza social. A dimensão mental tem como objetivo uma melhor eficácia nos seguintes indicadores: aprendizagem, memória e aptidões intelectuais e a dimensão social tem como finalidade melhor capacidade nos seguintes indicadores: participação, comunicação e inclusão social, conforme se pode verificar na **Figura 1.3**, onde se encontra um mapa conceptual do «Bem-estar» da nossa autoria.

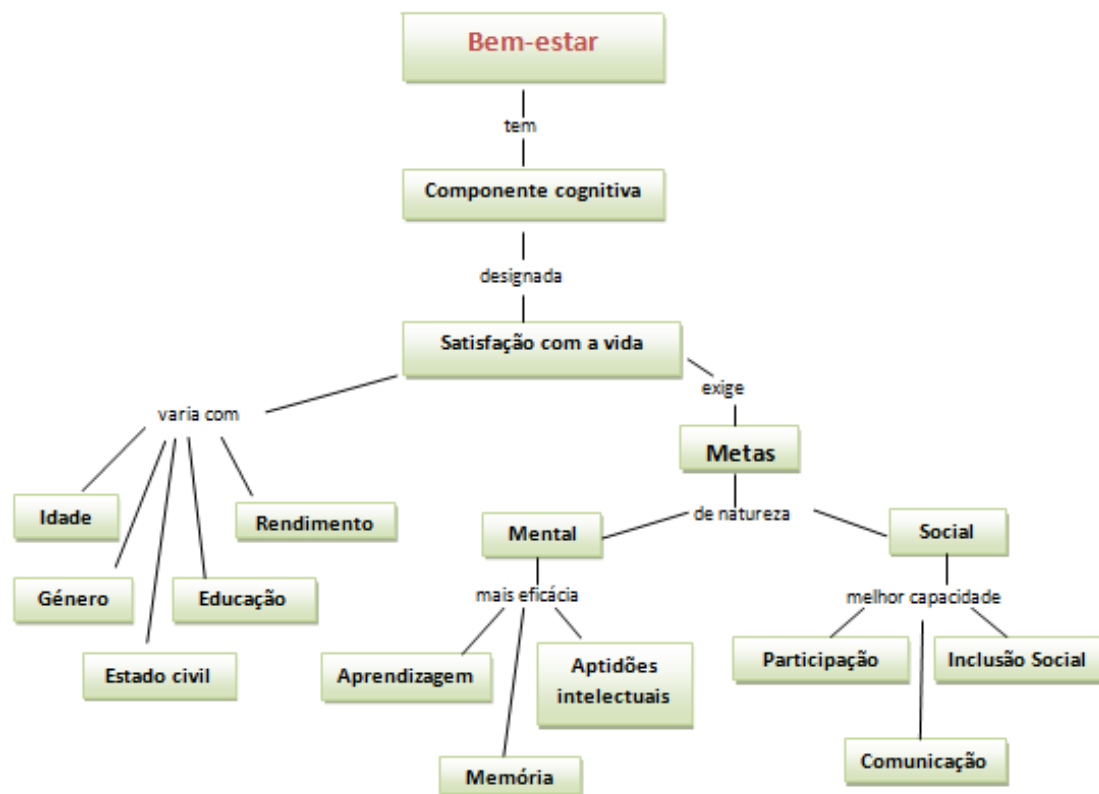


Figura 1.3: Mapa conceptual do Bem-estar

Seguidamente, vai analisar-se indicadores específicos relacionados com o «Bem-estar mental» e com o «Bem-estar social». Esta abordagem a este conjunto de indicadores pretende dar conta da representação existente na sociedade sobre o envelhecimento e de alguns preditores para o Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

1.4.1. Bem-estar mental

São diversos os autores que indicam a dimensão cognitiva como aquela que melhor contribui para a construção do «Bem-estar mental». Assim, de uma forma ou de outra,

propõem que se encare o *envelhecimento cognitivo* em termos de processo evolutivo ao longo do ciclo de vida: i) desde a *inteligência fluída ou mecânica*, que integra a aprendizagem, a memória, a lógica e razão; à ii) *inteligência cristalizada ou pragmática*, que engloba conhecimentos académicos, intuições e aquisições de conhecimentos. Este processo de cognição converge em aptidões intelectuais responsáveis pela arquitetura do desenvolvimento humano (Baltes, 1997).

A cognição ou a interpretação de informações recebidas pelas pessoas idosas sofrem com a idade e, mesmo no envelhecimento normal, há a percepção de declínio na habilidade em adquirir e recordar informações. Para Baltes, Staudinger e Lindenberger (1999), entre as características do declínio cognitivo da memória, pode-se salientar a capacidade de armazenar informações apreendidas recentemente e a capacidade de lembrar-se de factos distantes. Por causa deste declínio cognitivo, as pessoas idosas, segundo a mesma autora, podem apresentar dificuldades no desempenho em atividades que exijam iniciativa, planeamento e avaliação de comportamentos complexos.

As dificuldades na memória fazem parte do quadro de envelhecimento normal e constituem, simultaneamente, um dos indicadores da apresentação amnésica de demência da provável doença de Alzheimer. Genericamente, se o impacto dos efeitos associados ao envelhecimento apresenta diferenças consoante o tipo de memória envolvido num determinado ato mnésico, também as repercussões desses efeitos sobre as fases da memória apresentam alguma diferenciação (Pinho, 2012). Seguidamente caracteriza-se dois tipos de memória. A memória de curto prazo, refere-se a um registo de duração muito breve, no máximo de alguns segundos, com menor capacidade de armazenamento e inclui a interpretação do evento que justamente acabou de ocorrer. Existem evidências que as pessoas idosas não organizam informação em categorias e não formam imagens visuais efetivas, dificultando a memorização, e diminuição da capacidade para manipular e organizar as informações da memória de curto prazo. No que diz respeito à memória de longo prazo, refere-se

sobretudo à recordação de um evento passado, factos distantes, lembranças remotas, sendo este tipo de memória pouco alterado nas pessoas idosas (Nairne, 2003).

Ligada à memória e também afetada pela idade está a capacidade de aprendizagem: as duas são as principais responsáveis pelas dificuldades sentidas pelas pessoas idosas na utilização dos computadores. Outro conceito importante na cognição humana são as aptidões intelectuais na qual se destaca a atenção, que segundo Rogers & Fisk (2006), é um constructo multidimensional que envolve processos que focam, selecionam, dividem, sustentam e inibem. As pessoas idosas são menos aptas que os mais novos em tarefas de atenção. Relativamente ao controle da atenção, ou seja à capacidade de o indivíduo focar, mudar e dividir a sua atenção, existem perdas com a idade, sobretudo para tarefas mais exigentes.

Na nossa opinião o «Bem-estar mental» integra os conceitos de aprendizagem, memória e aptidões intelectuais que são afetados com a idade e que interferem com a aprendizagem das TIC. No entanto, para otimizar o seu «Bem-estar mental», as pessoas idosas muitas vezes usam estratégias de compensação adquiridas pela experiência, tais como cursos de aprendizagem que incluem jovens e idosos, jogos de computador que elevam o seu nível de capacidade cognitiva e motora.

1.4.2. Bem-estar social

Para Cabral et al. (2013), as relações interpessoais são fundamentais para o «Bem-estar social» de cada indivíduo. O tempo passado com os outros, sejam familiares, amigos, vizinhos ou colegas, e as atividades realizadas em conjunto tornam a vida mais satisfatória, a rede social em que cada indivíduo se insere pode gerar apoio material ou emocional em momentos de necessidade, assim como proporcionar oportunidades de realização pessoal e potenciar a participação cívica e social, minimizando sentimentos de solidão e isolamento muito frequentes na população idosa. Para além disso, a

natureza das interações sociais pode também gerar implicações para lá do círculo mais próximo das relações, com influências sociais importantes em termos gerais e potenciando as relações de confiança com os outros e com as instituições em geral promovendo laços comunicacionais.

As pessoas idosas que têm mais amigos, que mantêm contactos mais regulares com estes e que retiram alguma satisfação com a qualidade dessas relações manifestam consideravelmente menos sentimentos de solidão, observando-se uma correlação positiva entre ter amigos e a satisfação com a vida e a autoestima (Mullins & Dugan, 1990). Mesmo entre as pessoas idosas casadas e com filhos, aqueles que mantêm mais amigos e com alguma proximidade revelam, segundo a literatura, índices mais baixos de solidão do que aqueles que restringem os seus relacionamentos à sua própria família (Hall-Elston & Mullins, 1999).

Com efeito, quem não vive só e quanto mais redes pessoais estiverem confinadas à família, quanto menor for a necessidade de apoio emocional, quanto maior for a manifestação de afetos, quanto maior for a prática de atividades individuais e sociais diversificadas e quanto mais positivas forem as representações do envelhecimento, maior será o «Bem-estar social» (Cabral et al., 2013). Estes resultados estão, assim, em consonância com as principais conclusões dos estudos sobre o envelhecimento, quando identificam as ligações sociais como importantes preditores de um envelhecimento ativo e bem-sucedido, com qualidade e maior satisfação com a vida, contra um potencial isolamento que a transição para a terceira e quarta idade pode trazer (Kohli, Hank, & Künemund, 2009; Fernández-Ballesteros et al., 2010).

Mais especificamente, em relação à importância das redes pessoais, muitos estudos realizados ao longo do tempo têm demonstrado o papel crucial dos laços sociais, do apoio social (efetivo ou percebido) e da inclusão social para o «Bem-estar social» das pessoas idosas, em termos gerais (Ryff, 1989; Von Faber et al., 2001; Knight & Ricciardelli, 2003; Phelan, Anderson, Lacroix, & Larson, 2004; Matsubayashi, Ishine,

Wada, & Okumiya, 2006; Bowling, 2007; Fernández-Ballesteros et al., 2010) e, por maioria de razão, em situações de menor autonomia (Paúl, 1997; Paúl, 2005).

A partir da revisão que realizaram de vários estudos existentes sobre a percepção das pessoas idosas de diferentes idades daquilo que é, para elas, 'envelhecer bem', em sociedades e culturas diversas e recorrendo a diferentes metodologias, Fernández-Ballesteros et al. (2010) concluem que:

Os itens que receberam as médias mais elevadas na maioria dos países foram: 'permanecer de boa saúde até morrer', 'ser capaz de cuidar de mim', 'ter família e amigos com quem posso contar' e 'sentir-me bem comigo mesmo'. [...] Assim, a saúde, a independência, as relações sociais e a satisfação com a vida parecem ser os fatores que surgem de forma mais generalizada e consistente no que significa envelhecer bem entre os mais velhos. (p. 52)

No nosso entender o «Bem-estar social» está relacionado com a melhor capacidade de participação, comunicação e inclusão social. A participação permite que as pessoas se relacionem umas com as outras, a comunicação origina um contacto mais imediato e a inclusão social permite a integração na sociedade em que a aprendizagem das TIC poderá ser mediadora fundamental nesta tríade. Além disso, é fundamental incentivar a pessoa idosa a procurar uma atividade, sendo inúmeras as ocupações existentes e em concreto os programas das Universidades Seniores possuem atividades que valorizam a pessoa idosa a adquirir novos conhecimentos, a manterem-se ativas e com satisfação na vida.

1.5. Considerações finais

O envelhecimento global mostra uma tendência de crescimento constante que se vai estendendo, principalmente, nos países mais desenvolvidos onde estes indícios já se vinham tornando muito evidentes no decorrer das últimas décadas: Japão, Estados Unidos e União Europeia. Esta é sem dúvida a maior alteração demográfica que tem como consequência a emergência de uma sociedade multigeracional. O envelhecimento é um problema social preocupante, embora o real problema das sociedades que já se encontram envelhecidas não está tanto no facto da sua população estar a envelhecer mas antes pela inexistência de mudanças ou na procura de novas soluções quando se sentiu e perspetivou esta situação.

O presente envelhecimento demográfico não desperta sentimentos positivos, sendo as pessoas idosas consideradas como uma «faixa etária não produtiva» associada esta ideia a mitos sobre o envelhecimento, em que o papel da pessoa idosa deve ser repensado, não tendo que lhe ser atribuído um período de passividade. Para o efeito devem ser encontradas estratégias para que estes cidadãos possam ser incentivados a terem novas e diferentes perspetivas, novos projetos e novos objetivos. Neste sentido, surge o paradigma do envelhecimento ativo que pretende que o processo que está inerente ao envelhecimento promova uma contínua e permanente participação nas diversas vertentes sociais, culturais, económicas, associativas e cívicas.

Contudo, as principais iniciativas mundiais, europeias e nacionais para a promoção do envelhecimento envolveram alguns marcos históricos. Desde a 1ª Assembleia Mundial sobre o envelhecimento em 1982, em Viena, até à 2ª Assembleia Mundial sobre o envelhecimento em 2002, em Madrid, várias foram as recomendações propostas para a satisfação das potencialidades do envelhecimento do século XXI, tendo surgido uma nova política social, que está relacionada com o uso das TIC pelas pessoas idosas. O declínio de algumas faculdades físicas e psicológicas inerentes à idade, não inviabiliza a aprendizagem das TIC, mas exige um contexto educacional específico, uma pedagogia de ensino que atenda às condições da pessoa idosa com a finalidade de promover o seu Bem-estar.

Os conceitos de Bem-estar/BE e Qualidade de Vida/QV são complexos e de difícil delimitação. O constructo de Bem-Estar Subjetivo – BES, remete para a apreciação subjetiva global que os indivíduos fazem da sua própria vida, podendo, em termos mais básicos, ser definido a partir de uma componente cognitiva – a Satisfação com a Vida. Alguns determinantes do BES incluem a saúde, a ausência de incapacidade, a participação social, as redes sociais e a capacidade de controlo.

A nossa visão pessoal do conceito de «Bem-estar» remete para a componente cognitiva designada por satisfação com a vida, e esta por sua vez, varia com algumas variáveis (idade, género, estado civil, educação, rendimento) e exige atingir metas de natureza mental e de natureza social. A dimensão mental tem como objetivo uma melhor eficácia em diferentes indicadores como, por exemplo, aprendizagem, memória e aptidões intelectuais e a dimensão social tem como finalidade melhor capacidade nos seguintes indicadores como, por exemplo, participação, comunicação e inclusão social.

CAPÍTULO II: A FORMAÇÃO NO ÂMBITO SOCIOCULTURAL NA ERA DA GLOBALIZAÇÃO

O Capítulo II tem como objetivo abordar alguns quadros conceptuais dos processos de aprendizagem dos adultos (2.1.) e indica-se alguns modelos teóricos defendidos por autores de referência, nomeadamente, o indivíduo como centro de aprendizagem – Carl Rogers (2.1.1.), o modelo andragógico – Malcolm Knowles (2.1.2.), a educação crítica e conscientização – Paulo Freire (2.1.3.) e a teoria da aprendizagem transformadora – Jack Mezirow (2.1.4.). Seguidamente a atenção é focada na formação ao longo da vida e a sua relação com a participação social (2.2.). Posteriormente, aborda-se as políticas de orientação para a formação (2.3.) e faz-se referência ao Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida (2.3.1.) e fala-se em particular na Educação de adultos (2.3.1.1.). Expõe-se informação sobre a Política Social no início do século XXI e as TIC (2.4.), mais concretamente no contexto político para a inclusão digital (2.4.1.), enumerando algumas iniciativas políticas da União Europeia (2.4.1.1.) e algumas iniciativas políticas de Portugal (2.4.1.2.). Aborda-se ainda, de um modo geral, a temática Globalização e TIC (2.5.) e os desafios da Sociedade da Informação e do Conhecimento e a pessoa idosa (2.5.1.). Finaliza-se o capítulo com as Considerações finais (2.6.).

2.1. Quadros conceptuais dos processos de aprendizagem dos adultos

A aprendizagem ao longo da vida deve ser entendida como um processo que ocorre em diferentes fases do ciclo de vida de cada indivíduo e também nos diferentes contextos e espaços da sua atividade. Neste sentido, apresenta-se um conjunto de abordagens, de quadros conceptuais e de modelos que contribuem para a compreensão dos processos de aprendizagem dos adultos. O objetivo é identificar algumas linhas de pensamento e pressupostos teóricos que poderão sustentar o conceito de aprendizagem dos adultos, articulado com as dimensões da experiência, da reflexão, do significado, do sentido, e do desenvolvimento global da pessoa. Estas dimensões, que têm sido valorizadas por um conjunto significativo de autores ao longo dos anos, constituem, alguns eixos estruturantes para a compreensão deste conceito.

2.1.1. O indivíduo como centro de aprendizagem – Carl Rogers

O contributo de Carl Rogers para a compreensão da aprendizagem dos adultos decorre da sua reflexão sobre a experiência como psicoterapeuta. Partindo do pressuposto que de uma forma integral, a terapia é um processo de aprendizagem, o autor desenvolveu um conjunto de ideias que, apesar de terem as suas raízes no campo da psicoterapia, são possíveis de utilizar no âmbito da educação de adultos, constituindo uma abordagem da aprendizagem centrada no indivíduo.

Para Rogers, a terapia e a educação constituem-se como agentes poderosos da mudança individual e social. O autor estabelece a distinção entre aprendizagem sem significado, opressiva e alienante e a aprendizagem significativa, que envolve a pessoa na globalidade. Para Rogers (1983, p. 253), “(...) aprendizagem significativa é entendida como uma acumulação de factos, provoca uma modificação, quer seja no comportamento do indivíduo, ou nas atitudes e personalidade.” O educador

desenvolve um papel de facilitador da aprendizagem, devendo agir com autenticidade e prontidão na sua relação com o adulto. A valorização dos sentimentos e opiniões do adulto, a sua aceitação e valorização como pessoa, a criação de uma relação baseada na compreensão empática, constituem as características que o facilitador deve assumir. A relação pedagógica é, neste sentido, fortemente valorizada por Rogers.

O grande contributo de Rogers foi, nesta perspetiva, a defesa de uma educação libertadora, que promovesse o desenvolvimento da pessoa e de uma sociedade mais justa, em detrimento das formas de educação dominantes. Entre os seus principais contributos, destacam os conceitos de aprendizagem significativa, o papel que o facilitador (educador, grupo) assume no processo de aprendizagem, da valorização, da experiência no processo de aprendizagem dos adultos, e da aprendizagem como processo de realização pessoal. Este autor tinha consciência da dificuldade de encontrar formas alternativas de trabalhar com adultos no âmbito de um sistema educativo baseado num currículo prescritivo e uniformizador avaliado externamente. A sua crítica ao modelo educativo dominante contribuiu nos anos de 60 e 70 para abrir novos caminhos, e ainda hoje o seu contributo se reflete nas atuais correntes sobre a aprendizagem dos adultos.

2.1.2. O modelo andragógico – Malcolm Knowles

Malcolm Knowles constitui também uma referência relevante no domínio da formação de adultos, particularmente pelo seu contributo na construção de um “modelo andragógico” de aprendizagem de adultos. É reconhecido como o ‘pai da andragogia’, definida por si como ‘a arte e a ciência de promover a aprendizagem dos adultos’ (Knowles, 1996). Constatando que os conhecimentos sobre a aprendizagem eram produzidos a partir de estudos realizados com crianças, e que a maioria das teorias sobre a aprendizagem entendiam a educação como um processo de transmissão de cultura, Knowles considera que a pedagogia, a arte e ciência de ensinar as crianças se

constitui como um resultado destas teorias e pressupostos e que não se adequa à especificidade do adulto que aprende.

Knowles constata que durante século XX se tem vindo a assistir a grandes mudanças culturais como a rápida produção de novos conhecimentos, a inovação tecnológica, o aumento da mobilidade das pessoas, a mudança política e social – e que estas mudanças se produziram a um ritmo muito acelerado, tornando rapidamente obsoletos os conhecimentos adquiridos pelas pessoas. Assim, considera que já não é funcional definir a educação como um processo de transmissão do que é conhecido, ela deve ser definida como um processo de descoberta ao longo da vida sobre o que é desconhecido.

O modelo andragógico de Knowles (1990), tem como finalidade a procura da congruência entre o processo de aprendizagem dos adultos e a sua necessidade de desenvolvimento pessoal. O modelo de aprendizagem de adultos, parte dos pressupostos de que as características do adulto são diferentes das crianças, tornando-se necessário respeitar a sua especificidade no processo de aprendizagem. No entanto, de acordo com Canário (1999), esta visão encontra os seus limites tendo em conta o seu carácter simplificador, dicotómico e normativo sobre a ação educativa.

2.1.3. A educação crítica e conscientização – Paulo Freire

Paulo Freire é igualmente considerado um dos teóricos mais influentes no domínio da educação de adultos, tendo desenvolvido os fundamentos da “educação crítica”, ou “educação libertadora” e construído o conceito chave de “conscientização”. No centro das suas ideias sobre a educação situa-se uma conceção humanista sobre as pessoas e a expectativa de que a educação pode conduzi-las a uma maior participação no mundo. Na sua perspetiva, a educação nunca pode ser entendida como neutra, pois é

uma instituição social que é controlada por processos sociais e políticos e que conduz ao conformismo do que é socialmente prescrito, tanto em termos cognitivos como comportamentais (Jarvis, 1995).

Nesta perspetiva, é atribuída maior ênfase aos aspetos culturais e políticos do que aos psicológicos no processo de aprendizagem. Tendo como base o pressuposto de que quem aprende tem uma visão pessoal do mundo, que é culturalmente induzida, então os sentidos e o significado que cada pessoa atribui às coisas só pode ser compreendido a partir do contexto social e político onde se insere (Boud, Keogh, & Walker, 1996). Segundo Freire (1997), é necessário respeitar os saberes de quem aprende, saberes que são construídos socialmente e discutir esses saberes em relação aos conteúdos instituídos, à realidade concreta, estabelecendo uma necessária ligação entre os saberes curriculares fundamentais aos alunos e a experiência social que têm como indivíduos.

Freire (1977) constrói o conceito de «conscientização» referindo-se ao processo através do qual as pessoas compreendem que a sua visão do mundo e o lugar que nele ocupam é modelado por forças históricas e sociais que se opõem aos seus interesses pessoais. A «conscientização» conduz à consciência crítica, à capacidade de refletir e agir sobre o mundo com vista à sua transformação (Weiler, 1996; Tennant, 1997). A educação é perspetivada como a prática da liberdade, é um processo através do qual a pessoa se descobre a si própria, atinge um nível mais completo de humanidade e age sobre o mundo com vista à sua transformação.

2.1.4. A teoria da aprendizagem transformadora – Jack Mezirow

A formulação da teoria da aprendizagem transformadora de Mezirow, revelou-se como um forte contributo para a aprendizagem das pessoas adultas. Em 1991,

publicou uma obra intitulada *Transformative dimensions of adult learning* e é a partir desta altura que o conceito da aprendizagem transformadora ganhou especial relevo no seio da educação de adultos. O autor considera que a aprendizagem envolve a transformação dos esquemas de interpretação do adulto e, neste sentido, torna-se emancipatória. Ao aprender novos conhecimentos, o adulto passa a questionar os pressupostos que têm orientado as suas ações e experimenta uma espécie de revisão dos significados atribuídos à realidade em que se insere. Este é um processo de revisão ao nível cognitivo, que permitirá a criação de novas perspetivas de aprendizagem, desencadeando um processo de reflexão crítica onde a dimensão sociocultural do meio desempenha um papel significativo, uma vez que contribui para a formação dos quadros de referência.

Ao longo da vida e à medida que os atores sociais interagem com o meio, os seus significados são, através de um processo de interpretação, analisados e modificados. As categorias cognitivas são consideradas como fenómenos socialmente construídos e em consequência a compreensão da realidade é inerentemente social. Através da aquisição do sentido crítico, emancipatório, o indivíduo assume uma postura de crítica reflexiva em relação a si próprio e à realidade sociocultural que o envolve. Uma postura que se caracteriza pela capacidade de se questionar a si próprio e de questionar o mundo, o que implica um autoconhecimento, uma aprendizagem, liberdade. O meio pode estimular ou inibir a aprendizagem transformadora.

A abordagem que Mezirow faz da aprendizagem é o resultado da reflexão crítica sobre a experiência e contribui de forma significativa para a compreensão das aprendizagens que emergem dos contextos não formais. Ao valorizar a «dimensão sociocultural» no processo de aprendizagem dos adultos, o autor enquadra as experiências emergentes destes contextos como desencadeadoras do processo de aprendizagem, pois pela reflexão crítica destas experiências são questionados e alterados quadros de referência, conduzindo à emancipação.

Atualmente existem quadros conceptuais dos processos de aprendizagem de adultos defendidos com base no paradigma da Gerontagogia. A «dimensão horizontal» presente numa formação de pessoas idosas significa também educar para a participação e com a participação de todos para que, em simultâneo, se inclua um paradigma em que todos são produtores e reprodutores de conhecimentos, tendo por base índices elevados para a promoção de uma maior socialização. É neste sentido que Alencar (2002), refere a pedagogia de uma educação emancipatória onde o professor/formador privilegie o princípio da autonomia. Na opinião de Ferreira, Honório e Batista (2013), para além da Gerontagogia ser um campo que estuda as pessoas idosas em situação educativa deve ser também uma prática social que deve ser orientada para a formação das pessoas idosas, uma formação que permita uma melhor adaptação das pessoas idosas na presente sociedade, para que possam exercer a sua cidadania e, conseqüentemente, a sua inclusão social de uma forma crítica e participativa.

Atendendo à opinião de Moraes (2000), o novo paradigma educacional tem que ser holístico pela razão de que o mundo em que vivemos não ser linear nem sequencial. Pelo contrário, o mundo em que vivemos é volátil, transforma-se quase a cada minuto, com continuidades e com descontinuidades constantes o que faz com que a educação seja processual e inacabada. Neste contexto dos paradigmas educacionais, acrescenta-se ainda a proposta apresentada por Barros-Oliveira (2006), ao se referir a uma «*educação interativa ou participativa*» onde se inclua uma colaboração intergeracional que não se restrinja apenas aos educadores/formadores (geralmente mais jovens), mas que possa envolver os mais velhos. Por um lado, que se consiga levar as pessoas idosas a aprender a envelhecer e os mais novos a aprenderem a conhecer e a apreciar as pessoas idosas para que se possa levar a uma maior e mais extensa solidariedade intergeracional.

Uma outra proposta, apresentada por Carreras (2005), sugere três tipos de modelos, paradigmas ou orientações educativas. No primeiro caso, há toda uma prescrição de

conhecimentos e de atividades conduzidas pelos educadores/formadores que será seguida pelas pessoas idosas. No segundo caso, já se pretende uma colaboração entre o educador/formador e as pessoas idosas. No terceiro caso, as pessoas idosas ganham um maior protagonismo e preponderância, uma vez que o processo de educação/formação está centrado nas pessoas idosas, onde se pretendem satisfazer as suas necessidades num contexto onde as mesmas desenvolvem as suas atividades.

Como é defendido por Carreras (2005), não existe uma idade limite que impossibilite a participação em espaços educativos/formativos mas, pelo facto desta formação não ter como prioridade a obtenção de um diploma ou certificado para efeitos laborais, existe no entanto, a preferência para se abordarem 'temas humanos e existenciais' em vez de temáticas orientadas para um conhecimento técnico ou para o exercício de uma dada profissão. Quer isto dizer que se rompe uma certa lógica 'educativa ou universitária' num sentido unívoco da teoria para a prática, mas antes num processo dialético onde a prática poderá 'pressionar' a teoria. Numa perspetiva mais pragmática, ou seja, num contexto de sala de aula, Porteiro (1999) apresenta um conjunto de orientações metodológicas que deverão ser implementadas junto de uma população idosa e que se passam a referir:

- Aspetos de ordem visual: o professor/formador deve providenciar uma sala com uma boa iluminação (se possível com luz natural) evitando qualquer tipo de encandeamento ou de reflexos; os materiais impressos ou projetados a serem utilizados deverão ter tamanhos (letras, números, imagens) com tamanhos um pouco superiores ao habitual e com uma boa nitidez; providenciar lupas ou outro tipo de material que permita melhorar a visualização; dispor as mesas de trabalho de forma a que não seja necessário usar a visão periférica para se poderem visualizar todos os pontos da sala.

- Aspectos de ordem auditiva: os professores/formadores deverão falar, sempre que possível, num tom mais grave; disponibilizar dispositivos de ajuda auditiva (ex: auriculares); através de uma linguagem corporal que pode e deve complementar a linguagem oral; realizar a moderação de trabalhos de grupo para que se respeite a ordem de intervenção.

- Aspectos de ordem psicomotora: sempre que possível devem potenciar-se atividades físicas para uma melhor tonificação muscular; organizar a sala de aula de modo a facilitar o acesso e a mobilidade; o posto de trabalho deve ter em conta aspetos básicos de ergonomia no que diz respeito à altura das mesas e das cadeiras e à sua robustez e sustentabilidade; providenciar muletas ou outros apoios que facilitem a mobilidade.

- Aspectos relativos à memorização: tendo em consideração o facto da memorização ser um *handicap* generalizado para estes cidadãos, o professor/formador deve restringir a sua comunicação apenas aos aspetos que sejam realmente relevantes; a utilização de listagens e de diagramas pode ser uma ajuda para melhor se reter a informação veiculada.

- Aspectos relativos à motivação: a nova informação a ser veiculada deve contemplar experiências já vivenciadas pelos formandos; as atividades a propor devem conter uma certa dose de novidade, devem ser breves, concretas e variadas; sempre que possível, as atividades devem ir ao encontro das necessidades e/ou propostas apresentadas pelos formandos e o professor/formador deve ser capaz de fazer uma ponte entre as realidades pessoais e a sua interligação social.

- Aspectos relativos à autoestima: destaca-se neste particular o reforço positivo, a autoavaliação e criar contextos para que os formandos se possam expressar e serem eles mesmos num ambiente onde impere o respeito e a mútua confiança.

Face ao exposto, partilha-se a opinião de Alencar (2002) ao afirmar que seja qual for a metodologia nunca se pretenderá ensinar a pessoa idosa qual a fórmula ou o caminho para rejuvenescer nem para competir. O que está subjacente neste processo de educação/formação é consciencializar a pessoa idosa que a sua velhice corresponde a mais uma etapa da sua vida que deve ser vivida de forma positiva, com novas experiências que permitam a interação com maiores níveis de autonomia pessoal e social e preservar, ao mesmo tempo, as suas capacidades físicas, a sua capacidade de decisão, no seio de um ambiente onde a dignidade e o respeito estejam presentes no seio familiar e social e, se possível de forma criativa. Ou seja, como propõe Withnall (2003), o debate acerca da educação/formação das pessoas idosas deve ser equacionado no seio de uma perspetiva vital.

Para o efeito, tal como propõe Nicola (1999), torna-se fundamental conhecer as características das pessoas idosas com as quais se vai trabalhar porque vai ajudar e contribuir para uma melhor compreensão das suas atitudes e, desta forma, o seu envolvimento será o maior possível tornando-as no centro, como protagonistas. Contudo, Nicola (1999) refere que a importância do educador/formador deverá estar ao mesmo nível. Ou seja, devem possuir conhecimentos relacionados com o processo de envelhecimento, mas serão as suas condutas pessoais e o seu perfil que estão sob o escrutínio das pessoas idosas, o que pode levar ou não à sua aceitação. Cachioni e Neri (2004), referem que o afeto e manifestações de carinho por parte dos educadores/formadores são extremamente valorizadas e que ajudam no fortalecimento da autoestima das pessoas idosas, em especial, se sentirem que são parceiros no processo formativo. Neste contexto, Both (1998) refere explicitamente

que este processo formativo deve ser realizado «*com eles*» e não «*por eles*» e «*para eles*».

2.2. A formação ao longo da vida e a sua relação com a participação social

A formação ao longo da vida desempenha um papel preponderante na exploração do verdadeiro potencial de uma economia do conhecimento com ênfase na inclusão social. É um tema que diz respeito à população como um todo, onde a importância de competências básicas, o papel desempenhado pelas pessoas e o potencial do *e-learning* constituem tópicos fundamentais. Existe uma clara diferença entre a ambição europeia de tornar a sua economia dinâmica, competitiva e baseada no conhecimento e a presente situação das atividades pedagógicas envolvidas nas iniciativas públicas e privadas.

Segundo Rodrigues (2005), para ultrapassar esta diferença, é necessário que se tenha uma abordagem mais sistematizada ao desenvolvimento de um sistema de formação ao longo da vida (**Figura 2.1**) que deve ser construído segundo três eixos: produção, divulgação e utilização de conhecimento.

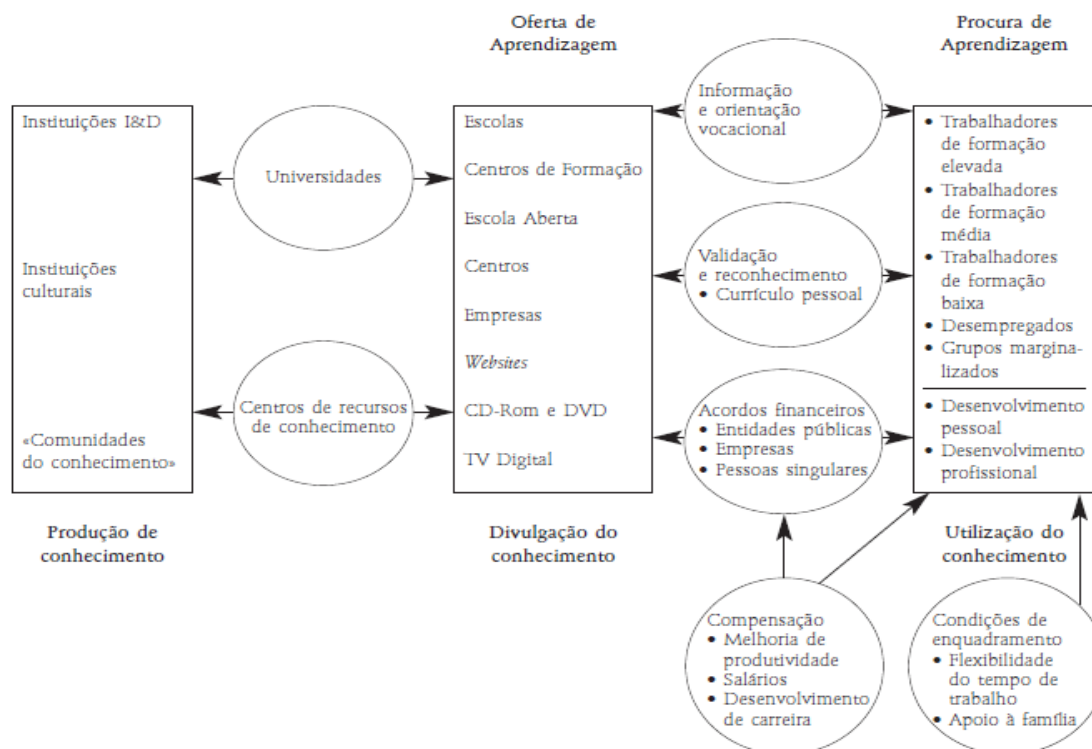


Figura 2.1: O sistema de formação ao longo da vida

Fonte: Rodrigues (2005)

A interpretação da **Figura 2.1** segundo Rodrigues (2005), requer a seguinte abordagem:

- para se poder analisar o resultado destas iniciativas autónomas por parte dos vários agentes de disseminação do conhecimento *versus* agentes de utilização do conhecimento, é importante falar do fornecimento de serviços de aprendizagem *versus* procura desses mesmos serviços. De facto estamos a considerar um setor de serviços específicos que se está a expandir e tornar-se cada vez mais complexo e sofisticado;
- o fornecimento de serviços de aprendizagem está a evoluir de acordo com os tipos, lugares e instrumentos de aprendizagem: escolas e centros de formação podem evoluir no sentido de se transformarem em centros abertos de aprendizagem; as empresas podem criar organizações de aprendizagem mais sofisticadas; o *e-learning* está a desenvolver-se através do uso dos *Websites*, CD-ROM, DVD e bases de dados; a TV digital poderá no futuro desempenhar um papel importante;

- a procura de serviços prestados relativamente à aprendizagem é heterogénea de acordo com vários grupos-alvo, desde o técnico especializado até ao artesão ou grupos marginalizados e de acordo com as suas atividades económicas, sociais e culturais;
- a procura de serviços ligados à formação depende de algumas condições, tais como, a flexibilidade do horário de trabalho e facilidades de apoio à família, depende também das perspetivas de obtenção de incentivos em termos de ganho de produtividade e de desenvolvimento pessoal e profissional, ou em termos de aumento de salário e promoção a definir um novo contrato de trabalho ou acordo coletivo;
- a interação entre a oferta e a procura dos serviços de formação, depende dos procedimentos de previsão e orientação, na validação e reconhecimento das atividades de aprendizagem e nos mecanismos de financiamento, de uma forma mais simples, e bem conhecida dos economistas, as interações entre oferta e procura dependem da informação, valor e dinheiro.

Aliada à formação ao longo da vida está a participação social que pode ser considerada como um “recurso” distribuído de forma diferente pelos indivíduos ou grupos que a mobilizam (Putnam, 2000), enfatizando a intervenção em organizações formais, resulta do nível de envolvimento dos indivíduos (Cabral 2008; Gray, 2009; Cabral, et al., 2011; Carmo & Santos, 2011; Ziersch, Osborne, & Baum, 2011). Enquanto conceito multidimensional, a sua operacionalização passa por diferentes estratégias teóricas e metodológicas e pode ser analisada com base nas várias modalidades: formal e informal (Pichler & Wallace, 2007; Groenou & Deeg, 2010).

A participação social formal refere-se à participação em atividades que pressupõem uma organização com âmbito e objetivos específicos e definidos, sejam eles políticos, religiosos ou cívicos, quanto à participação social informal, refere-se às atividades desenvolvidas em resultado de um envolvimento não organizacional e mais irregular (Kohli, Hank, & Künemund, 2009). A participação formal é caracterizada tendo em conta a pertença associativa e a participação em atividades organizada para os

reformados ou a chamada «terceira idade». São exemplos deste tipo de participação social, os centros paroquiais ou outros locais de culto, coletividades recreativas, serviços de Câmaras Municipais ou Juntas de Freguesia, Universidades Seniores, Centros de Dia e Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS). Como o local desta investigação envolve as Universidades Seniores, faz-se mais à frente uma breve caracterização das dinâmicas inerentes a este tipo de instituições.

As diferentes formas de participação social, de acordo com vários estudos, tendem a diminuir quando se considera o efeito geracional (Putman, 2000, Cabral, 2008; Groenou & Deeg, 2010, Cabral, et al., 2011). Dados empíricos, no entanto, têm revelado que é possível identificar, apesar da tendência decrescente ao longo do curso de vida, um incremento da participação social, quando se analisa os dados relativos às pessoas idosas mais jovens, diminuindo novamente à medida que envelhecem. Este aumento relativo, nesta fase da vida, relaciona-se sobretudo com a necessidade de reestruturar o quotidiano, ocupando o tempo livre proporcionado pela reforma (Groenou & Deeg, 2010).

Para além da idade, outros fatores sociodemográficos determinam os níveis de participação social das pessoas idosas, como o género, a educação e o estado civil. Os estudos empíricos revelam que os homens tendem a participar mais do que as mulheres, principalmente os mais escolarizados. Comparando com os solteiros, viúvos e divorciados, os indivíduos casados ou em união de facto tendem a participar mais (Perren, Sara, & Davidson, 2003; Groenou & Deeg, 2010; Ziersch, Osborne, & Baum, 2011). Em termos geográficos, é nos países do norte da Europa (países escandinavos, Bélgica e Holanda) que se encontram níveis de participação social mais elevados. Por sua vez, nos denominados países do Sul (Grécia, Itália, Espanha e Portugal) os níveis de participação social formal são os mais baixos (Hank & Stuck, 2007; Kohli, Hank, & Kunemund, 2009).

No contexto da globalização, cada país constitui um nicho social, com identidade própria, com responsabilidade no acompanhamento e adaptação aos constantes desafios que se colocam, de modo a não se tornar excluído e promover um desenvolvimento coletivo e individual, sustentado e sustentável. A nossa história é rica em práticas socioculturais diversas em todo o país, onde a noção de associativismo surge associada ao espaço local, à cultura, à existência quotidiana que se traduz no modo de vida de cada comunidade. O cidadão e a sociedade, em geral, necessitam de se mobilizar na alteração de mentalidades, na consciencialização e no desenvolvimento da formação ao longo da vida. Um dos exemplos de associativismo ligado à formação ao longo da vida são as UTIs.

Não é pacífica a utilização do termo “Universidade” para designar estas organizações, por isso, algumas optaram por se designar como Clubes, Academias, Institutos Culturais ou Associações. Internacionalmente utilizam-se as denominações de UTA (*Universitiés du Troisième Age*) ou U3A (*Universities of the Third Age*), na versão anglo-saxónica; na Espanha, o nome mais frequente é Universidad para Mayores e no Brasil é Universidade Aberta à Terceira Idade (UnATI). A utilização do termo “universidade” no caso das UTIs, foi já objeto de uma atenção particular, se não de uma preocupação, no início dos anos 80, quando o Ministério da Educação refere que permite o uso da denominação “Universidade” desde que as UTIs se comprometam a não atribuir nenhum tipo de certificado ou grau académico dos cursos ministrados. Em Portugal, a maioria das UTIs optou pela designação «Universidade Sénior».

A maioria das Universidades Seniores assenta em associações auto-organizadas sem fins lucrativos podendo também, em alguns casos, assumirem-se como cooperativas e institutos. Algumas associações vieram a tornar-se IPSS, a fim de obterem apoios e subsídios por parte do Estado. Neste contexto, funcionam fora do sistema escolar e cumprem os princípios da educação não formal, estando a maior parte delas agregada a outra associação, tipo IPSS, Associação Cultural ou Clube e estabelecem parcerias com a Câmara Municipal ou com a Junta de Freguesia.

Embora o conceito de pessoa idosa contemple indivíduos com mais de 65 anos, as Universidades Seniores são a resposta socioeducativa que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, educacionais, culturais e de convívio, preferencialmente para e pelos maiores de 50 anos. As atividades educativas realizadas são em regime não formal, sem fins de certificação e no contexto de formação ao longo da vida (Jacob, 2012). As Universidades Seniores são um modelo de formação de pessoas idosas com grande sucesso a nível mundial, que proporciona a estas um grande leque de atividades culturais, recreativas, científicas e de aprendizagem, enquadrando-se no conceito de formação ao longo da vida (*Lifelong Learning*).

As Universidades Seniores são um espaço privilegiado de inserção e participação social da população idosa, através de aulas, visitas, oficinas, blogues, revistas e jornais, grupos de música ou teatro, voluntariado, viagens de estudo no país ou estrangeiro, em que as pessoas idosas se sentem úteis, ativas e participativas. As áreas predominantes são as línguas, ciências sociais e humanas, cultura, saúde, TIC, artes práticas e recreativas, atividades desportivas e físicas. Aliás, esta oferta formativa vai ao encontro da opinião de Requejo (2005), que sugere cinco áreas que se enquadram na realidade portuguesa e que se passam a apresentar: área de atividades formativo-culturais; área de dinâmica ocupacional; área de desenvolvimento físico-psíquico; área de atividades sociais e participação de cidadania e área de estudo/investigação. Gradualmente as Universidades Seniores vão aumentando a sua presença no espaço virtual.

Baseiam-se, assim, num conceito de instituição com dois níveis de preocupações. Por um lado, a vertente académica, por outro, os aspetos sociais e lúdicos. Relativamente à primeira, não se ministram cursos nem se atribuem diplomas, uma vez que não se pretende preparar profissionais para o mercado de trabalho, mas tão somente que os participantes possam adquirir competências e saberes de acordo com os interesses de

cada um. A diversidade da oferta das Universidades Seniores deve-se aos diferentes níveis de escolaridade dos participantes que frequentam estas instituições, desde licenciados ou detentores de outros graus académicos, a indivíduos que possuem o ensino básico ou até analfabetos; pelo que se pode depreender que estes estão interessados em aprender e em conviver. Valoriza-se hoje a ideia de que o processo de crescimento da pessoa no que se refere à aquisição dos saberes e conhecimentos necessários a viver num mundo complexo, já não tem lugar num único tempo, nem num único espaço, como se aceitava no passado.

O grande desafio que se coloca às nossas sociedades, aos sistemas formais de educação e formação e a cada um de nós, é a aceitação de que a aprendizagem tem lugar permanente, ao longo de toda a vida, em múltiplos tempos e nos mais diversos locais (Velo, 2002). Assim, o repto que se coloca de há uns anos a esta parte, e cada vez mais se colocará no futuro, é o de encontrar respostas adequadas às necessidades/expectativas individuais ao longo de todo o percurso de vida (e, simultaneamente, a uma economia cada vez mais globalizada e marcada por um grau muito elevado de imprevisibilidade) quer através do sistema formal de educação, quer de vias informais ou não formais, aparecendo as Universidades Seniores como mais uma forma de dar satisfação a um grupo específico da população no quadro das ofertas da educação não formal, seguindo a abordagem do paradigma da aprendizagem ao longo da vida.

De acordo com Jacob (2005), as «Universidades da Terceira Idade - UTIs» tiveram a sua origem na Universidade de Toulouse em 1973. Os principais objetivos tiveram por base um conjunto de metas mais ou menos ecléticas e que se passam a enunciar: i) promover uma abertura da universidade para cidadãos que na sua grande maioria se encontravam já aposentados e, como tal, muito afastados das instituições de ensino; ii) promover, desta forma, condições para uma melhor inserção e participação cívica; iii) contribuir para a diminuição do isolamento e, conseqüentemente, para um melhor equilíbrio psicossociológico; iv) criar contextos para novos desafios e objetivos de vida;

e, ao mesmo tempo, constituir um meio propício para se investigar acerca do processo de envelhecimento.

Como é referenciado por Rodrigues (2012), citando Pinto (2008), pode referir-se que as UTIs evoluíram de acordo com três gerações: i) a primeira geração, situada na década de 60 do século passado, tinha como principais objetivos enquadrar a sua oferta educativa num contexto que privilegiava o convívio cultural de forma a promover e facilitar relações de índole social; ii) a segunda geração, situada nos anos 70, possuía já objetivos que, para além de melhorar o seu Bem-estar mental num contexto onde se implementavam atividades culturais, era pretendido que as pessoas idosas pudessem intervir e contribuir na resolução de problemas sociais; iii) a terceira geração, que se entende ter surgido nos anos 80, possuía agora objetivos que em alguns casos se aproximavam de um ensino mais tradicional, onde para além de uma oferta educativa agora se associa a pesquisa e o serviço à comunidade; nesta última fase foi tornado possível para quem o desejava a possibilidade de existir uma avaliação formal conducente à obtenção de um certificado ou diploma, ao mesmo tempo que outros apenas desejam poder frequentar a ‘título livre’.

No seio das UTIs podem referir-se dois diferentes modelos: 1. Modelo «Francês»: centralizado e coordenado pela universidade com aulas e cursos formalizados. 2. Modelo «Inglês»: é um modelo mais autónomo com diferentes formas de organização onde o trabalho colaborativo e cooperativo constituem a base de trabalho onde professores e alunos partilham conhecimentos e experiências. A maioria das Universidades Seniores em Portugal segue o modelo inglês. Semelhante ao modelo francês, têm surgido, desde de 2009, os primeiros programas de ensino para pessoas idosas com origem nas universidades oficiais e institutos politécnicos. São exemplos desta dinâmica recente o programa ‘60+’ do Instituto Politécnico de Leiria, o ‘Curso Sénior de Ciência, Tecnologia e Cidadania’, da Universidade de Lisboa, o ‘Programa de Estudos Universitários para Seniores’ da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, a ‘Universidade Sénior Túlio Espanca’ da Universidade de Évora, o ‘Programa

Universitário 50+ (Católica 4.º Ciclo) da Universidade Católica do Porto e o 'Instituto de Estudos Académicos para seniores' da Academia de Ciências de Lisboa.

Em Portugal, a primeira Universidade Sénior surgiu em 1976 através da criação da Universidade Internacional da Terceira Idade de Lisboa (UITIL). A esta, seguiram-se a Universidade Popular do Porto, a Universidade de Lisboa da Terceira Idade (ULTI) e a Universidade do Autodidacta e da Terceira Idade do Porto (UATIP). Apesar de ter acompanhado o ritmo mundial de crescimento destas instituições, a partir dos anos 70, a verdade é que, em Portugal, o seu número nunca foi significativo, mas sim bastante restrito, estando limitado aos grandes polos de desenvolvimento, às cidades de Lisboa e Porto. Salienta-se o facto de que este fenómeno foi essencialmente urbano, com uma concentração elevada no litoral norte do país. O seu maior crescimento registou-se a partir da década de 90 do século XX por razões que se podem associar ao facto de se começar a sentir de forma mais evidente a problemática associada ao crescimento do envelhecimento populacional e, esta maior visibilidade, trouxe a necessidade de se começarem a implementar medidas necessárias para responder às necessidades destes cidadãos.

Em Portugal, as Universidades Seniores estão representadas pela Associação Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), entidade representativa das UTIs, uma IPSS que foi fundada a 21 de novembro de 2005. A 16 de janeiro de 2006, os seus primeiros estatutos foram publicados em Diário da República. A criação da RUTIS deve-se a Luís Jacob que foi o impulsionador desta iniciativa, tendo a sua sede social em Almeirim, no distrito de Santarém. Os seus principais objetivos, de acordo com o disposto no Diário da República n.º 11/2006, Série III de 2006-01-16, pp. 1120-1127, são os seguintes:

- A promoção do envelhecimento ativo em todas as suas vertentes.
- Incentivar a investigação académica e científica na área do envelhecimento e da cidadania.
- Fomentar a cooperação para o desenvolvimento para a defesa dos direitos humanos, para a cidadania e para a igualdade e na solidariedade.

- Atuar na prevenção e na promoção da saúde.
- Promover atividades solidárias e de desenvolvimento comunitário.

De acordo com dados recolhidos no *síte* da RUTIS, em 2015 existiam 236 UTIs como membros, 38.000 participantes seniores e 4.500 professores voluntários e uma oferta de 3.500 disciplinas. As Universidades Seniores são um exemplo de vitalidade da sociedade civil e envelhecimento ativo, sendo frequentadas maioritariamente por mulheres, entre os 60-70 anos, com graus de instrução variável, e essencialmente por reformados. A maioria exerceu principalmente profissões de especialistas, intelectuais ou cientistas. As áreas mais frequentadas são as TIC, atividades desportivas, artes práticas e atividades recreativas. De acordo com Pocinho (2014), a maioria dos participantes das Universidades Seniores inscrevem-se para aumentar os seus conhecimentos, uma vez que têm necessidade de permanecer ativos cognitivamente. A ocupação do tempo livre e a necessidade de interação social são também fatores apontados para frequentar estas instituições.

No que se refere ao impacto das Universidades Seniores na saúde dos cidadãos, um estudo efetuado por Pocinho (2014), indica que a frequência das Universidades Seniores é benéfica para a saúde. Neste estudo foram aplicados quatro instrumentos de avaliação da saúde junto da população que frequenta as Universidades Seniores: escala de satisfação com a vida, escala de solidão, escala de depressão geriátrica e inventário de ansiedade geriátrica. Em todos eles, os resultados foram positivos. Os participantes das Universidades Seniores mostram uma média elevada de satisfação com a vida e escassos sentimentos de solidão. Este estudo indica também a ausência de sintomatologia depressiva e ansiosa. Todos identificam as Universidades Seniores como a resposta mais positiva para a sua saúde e Bem-estar. Segundo Pocinho (2014), a explicação pode estar num certo 'clima de informalidade' que reina nestas universidades, que cria o que se pode chamar de 'famílias escolares', onde as pessoas se ajudam mutuamente, o conhecimento é contextualizado ao nível da prática e não há nenhum momento de obrigatoriedade de estudo.

Para Costa (2010, p. 87) “(...) as UTIs são um projeto social e de saúde, visando a melhoria da qualidade de vida dos seniores e prevenindo o isolamento e exclusão social (...)”. Indubitavelmente são um projeto de formação ao longo da vida, destinado a possibilitar que as pessoas idosas usem adequadamente as suas qualificações e competências, abarcando uma educação formal e/ou não formal. Existe por parte das pessoas idosas uma demanda da construção de laços de socialização diferentes, com a dispersão da grande família e a perda dos laços informais de vizinhança, pelo que surgiu a necessidade de se criarem redes sociais alternativas, papel muito bem desempenhado pelas Universidades Seniores. Uma das suas finalidades é retirar as pessoas idosas de casa e quebrar o isolamento, proporcionando-lhes regularmente atividades saudáveis, de convívio e de participação social.

Atualmente, o universo das Universidades Seniores é tão vasto de país para país e até de cidade para cidade, em função de diferentes variáveis, que cabe a cada universidade saber o que pretende para os seus participantes e a partir daí organizar-se como tal, sendo perfeitamente possível ter na mesma região duas Universidades Seniores a funcionarem de maneira completamente distinta, uma destinada mais ao convívio e outra com funções mais académicas. De acordo com Pinto (2003), é este ajustamento de projetos às condições particulares das populações que se revela a chave de sucesso destas instituições. Para além disso, o facto de participar numa Universidade Sénior confere *status* e autoestima, oferece à pessoa idosa um sentimento renovado de importância e de finalidade, até mesmo a força para lutar contra uma doença e para conquistar novas esperanças. Neste contexto, o que leva as pessoas idosas a participar neste tipo de projetos é a vontade de aprender, atualizar e partilhar os seus conhecimentos, manterem-se ativos e participativos, a necessidade de se sentirem inseridos social e culturalmente, o que, por sua vez, vai explicar o sucesso das Universidades Seniores e a sua elevada procura social.

2.3. Políticas de orientação para a formação

As políticas sociais, sendo políticas públicas, dirigem-se à resolução de problemas identificados na estrutura e no funcionamento da sociedade e das comunidades que a compõem (Moreira, 1979; Carreira, 1996; Cardim, 2009), assentando em normativos legais, que sistematizam decisões e orientações tendencialmente gerais, abstratas e tipificadas, numa ótica meso e macro (Carmo, 2008). São construídas e implementadas por via das representações sociais e práticas concretas de diversas entidades (Administração Pública Central e Local, organizações não-lucrativas, empresas) e da sociedade civil. A nível macro, as políticas sociais visam responder às necessidades de Bem-estar social, através da defesa dos direitos humanos e da promoção do desenvolvimento, operacionalizando-se em políticas setoriais – políticas de qualificação do capital humano (educação e formação) e políticas de coesão e de fomento do capital social (segurança social e saúde) – e em políticas sociais transversais (ambiente e cultura).

Neste estudo, aborda-se as políticas de qualificação do capital humano (educação e formação). Becker (1975) citando Ramos (2003), define capital humano como os investimentos que os indivíduos fazem no período de preparação da sua vida ativa e durante a mesma, e que conduzem a um aumento e melhoria das suas competências. No âmbito destas competências pode-se distinguir três domínios fundamentais: o do saber (conceitos e conhecimentos teóricos), o do saber fazer (capacidade para executar um trabalho) e o do saber estar/ser (atitudes e qualidades pessoais, disposição para agir e interagir com os outros) (Lopes & Suleman, 1999).

O direito à educação está previsto constitucionalmente no artigo 73º, destacando-se como princípios de atuação a democratização da educação, a igualdade de oportunidades e superação das desigualdades económicas, sociais e culturais e a educação para a cidadania (desenvolvimento da personalidade e do espírito de

tolerância, de compreensão mútua, de solidariedade e de responsabilidade, para o progresso social e para a participação democrática na vida coletiva) (nº2).

A educação e formação são as principais fontes de construção de capital humano, como instrumentos de desenvolvimento de competências técnicas que potenciam a produtividade e o desempenho profissional, mas também de competências pessoais e sociais dos cidadãos. Estas duas últimas dimensões remetem para a necessidade de investimento na educação para a cidadania, através de várias áreas de intervenção, nomeadamente desenvolvimento pessoal e interpessoal (autonomia, solidariedade), desenvolvimento cultural, social e político (diversidade e democracia), sendo estas as áreas-chave da educação para a cidadania (Carmo & Ferreira, 2008). Nesta perspectiva, Carmo (2014), faz referência ao modelo-base de educação para a cidadania com adaptações à cultura, idade, e outras características particulares dos aprendentes. Trata-se de educar para uma cidadania cosmopolita, isto é, para a interiorização de um conjunto de direitos e deveres reconhecidos como legítimos, que permitam aos aprendentes participar ativamente na construção da sua história pessoal e serem igualmente sujeitos empenhados na história coletiva. Neste sentido, a preparação dos cidadãos para a adaptação à mudança, gestão da informação, criação de conhecimento, criatividade, inovação, são características essenciais num mundo globalizado e em rápida mutação (Esgaio, 2010).

Inicia-se aqui uma breve análise sobre algumas das orientações políticas que nos últimos anos se têm produzido no domínio da educação/formação no contexto europeu, particularmente os que abordam questões articuladas com a educação de adultos, educação formal, não-formal e aprendizagem informal, desenvolvimento de competências e aprendizagem ao longo da vida. O detalhe relativo aos documentos da Comissão Europeia (CE) serve para identificar e operacionalizar conceitos. A partir desta análise identifica-se os eixos considerados mais significativos, os pressupostos que lhe estão subjacentes, bem como algumas das prioridades e estratégias apontadas em matéria de educação/formação de adultos.

A título de exemplo, a OCDE consagrou o ano de 1996 como o “Ano Europeu da Aprendizagem ao Longo da Vida”. Nesta dimensão foram definidos quatro pilares a serem implementados:

- Promover e melhorar as condições de acesso à educação pré-escolar, promover a obrigatoriedade no ensino e alargar a frequência do ensino secundário e, ao mesmo tempo, aumentar a oferta da educação não formal.
- Promover e implementar mecanismos que facilitem uma ligação entre a escola e o mercado de trabalho, apoiando o desenvolvimento de competências necessárias no contexto laboral.
- Promover a criação de incentivos para os indivíduos, para os empregadores e para as escolas realizarem um maior investimento em ações relacionadas com a Aprendizagem ao Longo da Vida.
- Promover uma revisão dos papéis e das responsabilidades dos agentes envolvidos (escolas, empregadores, agências e Governo) no sentido de se poderem concretizar políticas e medidas devidamente sincronizadas e coerentes.

2.3.1. Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida

Na cimeira de Lisboa em 2000, surgiu o Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida, Comissão das Comunidades Europeias (2000), que é um documento elaborado pela CE com vista à implementação de uma estratégia de aprendizagem ao longo da vida e pretende ser um instrumento orientador do debate e da reflexão em torno deste tema à escala europeia. No âmbito desta cimeira, a CE e os Estados-Membros consideraram Aprendizagem ao Longo da Vida (ALV) como toda e qualquer atividade de aprendizagem, empreendida numa base contínua e visando melhorar conhecimentos, aptidões e competências. A ALV é entendida como uma prioridade

política europeia, sendo expressa a preocupação de alcançar um crescimento económico, dinâmico, reforçando simultaneamente a coesão social.

A ALV é perspectivada como um processo “contínuo ininterrupto”, que considera por um lado a dimensão temporal da aprendizagem (*lifelong*) e, por outro, a multiplicidade de espaços e contextos de aprendizagem (*lifewide*). Para Pires (2002), os conceitos de aprendizagem ao longo da vida, educação formal, educação não-formal e aprendizagem informal aparecem caracterizados da seguinte forma:

- Aprendizagem ao longo da vida (ALV): é um conceito que agrega a participação em alguma atividade de educação formal – ministrada em instituições de educação, conducente a um nível de escolaridade – e/ou não formal – atividade organizada de formação, profissional ou outra, numa área de competências, mas que não equivale a um nível de escolaridade.
- Educação formal: educação ou formação ministradas em instituições de educação ou formação, em que a aprendizagem é organizada, avaliada e certificada sob a responsabilidade de profissionais qualificados. Constitui uma sucessão hierárquica de educação ou formação, na qual a conclusão de um dado nível permite a progressão para níveis superiores.
- Educação não formal: formação que decorre normalmente em estruturas institucionais, devendo conferir um certificado de frequência de curso. Esta certificação, não permite a progressão na sucessão hierárquica de níveis de escolaridade.
- Aprendizagem informal: implica uma intenção deliberada de aprender, tem um carácter intrinsecamente individual, voluntário e auto-organizado, decorre das atividades da vida quotidiana relacionadas com o trabalho, a família, a vida social ou o lazer, numa base de autoaprendizagem. Normalmente, tem lugar fora de estruturas institucionais, decorrendo num ambiente de aprendizagem que a pessoa pode organizar e estruturar livremente. Não confere certificação, embora as competências adquiridas por esta via possam vir a ser submetidas a processo de validação e certificação.

Ao reconhecer a importância que a educação formal, não-formal e a aprendizagem informal desempenham no processo de aprendizagem, o Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida (2000) sublinha a necessidade de considerar a complementaridade entre os três domínios da aprendizagem, reforça a necessidade de criar parcerias e uma estreita cooperação entre ministérios, autoridades públicas, parceiros sociais, iniciativa privada com vista à implementação de uma estratégia de ALV, criando uma “osmose” gradual entre estruturas de oferta.

A Estratégia Europa 2020 reconhece a Aprendizagem ao Longo da Vida e o desenvolvimento de competências como elementos chave na resposta à atual crise económica e ao envelhecimento da população. A crise salientou o importante papel que a educação de adultos pode desempenhar para que se alcancem os objetivos da Europa 2020, permitindo aos adultos – em particular aos menos qualificados e aos mais velhos – melhorar a sua capacidade de adaptação às mudanças do mercado de trabalho e da sociedade. Através da Agenda Europeia para a Educação de Adultos, a CE tira partido dos fundos disponíveis ao nível europeu para apoiar a implementação desta agenda para a educação de adultos ao nível nacional e local.

2.3.1.1. Educação de adultos

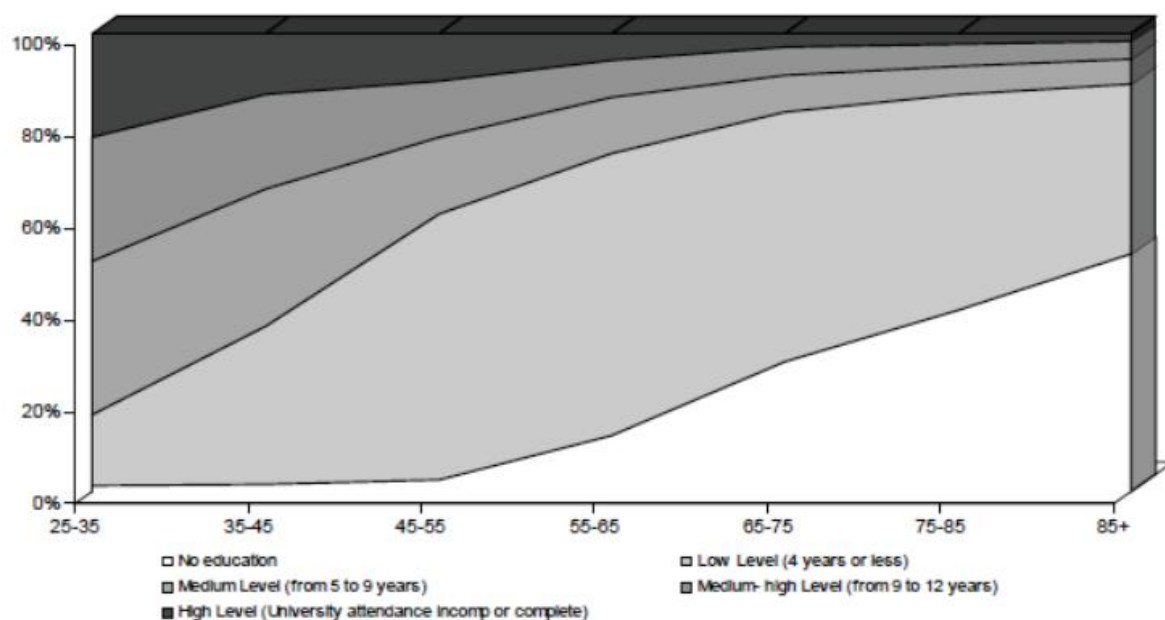
O programa *Grundtvig* implementado pela CE (2005), visou proporcionar aos adultos outras formas de melhorar os seus conhecimentos e competências, facilitar o seu desenvolvimento pessoal e ajudar a resolver os problemas associados ao envelhecimento da população europeia. Alguns dos objetivos específicos deste programa são:

- aumentar a qualidade e o número dos projetos de cooperação entre organizações de educação de adultos.

- assegurar que as pessoas socialmente excluídas tenham acesso à educação de adultos, especialmente as pessoas mais velhas e aqueles que abandonaram o ensino antes de completarem a escolaridade básica.
- apoiar conteúdos, serviços e práticas educativas inovadoras baseadas em TIC.

As políticas educacionais implementadas pelos países europeus ao longo deste século XXI tiveram, em geral, um efeito positivo, levando uma queda progressiva no percentual de analfabetismo e baixa escolaridade da população. Portugal é considerado um país com uma tradição tardia, revelando um lento declínio na proporção das pessoas com baixa escolaridade. As taxas de analfabetismo entre a população mais velha, segundo os dados do Eurostat, são muito elevadas. Em 2001, mais de 50% das pessoas idosas mais velhas (com mais de 85 anos) não sabiam ler nem escrever (EC, 2010b), é uma das mais altas proporções dos países europeus. O **Gráfico 2.1** representa o nível de ensino português por estrutura etária no ano 2001.

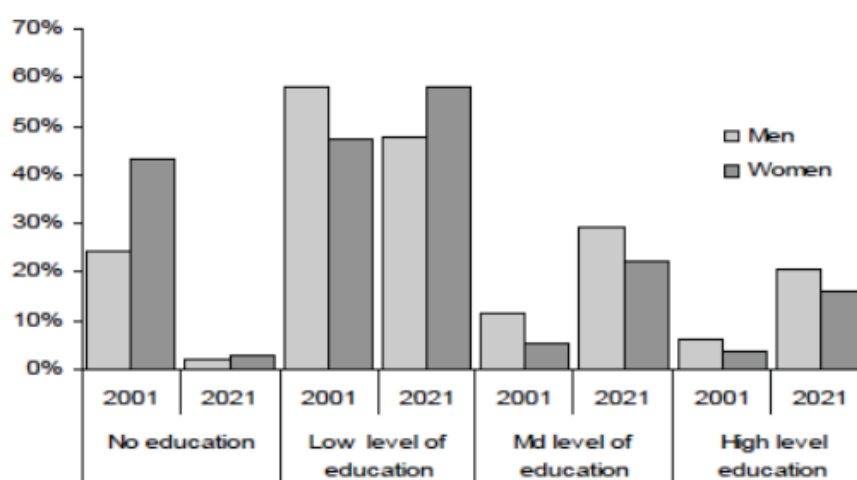
Gráfico 2.1: Nível educacional (%) por estrutura etária. Portugal, 2001



Fonte: EC (2010b)

Analisando esta realidade, pode-se verificar que as mudanças que ocorreram entre os anos de 1930 e 1960, durante a época do Estado Novo, regime político autoritário e corporativista de Estado que vigorou em Portugal entre 1926 e 1974. Pode-se observar quatro grandes cortes, influenciados pelas políticas educacionais, três deles antes de 1974. O primeiro, inclui os indivíduos que frequentaram a escola em 1930, quando as políticas educacionais não eram favoráveis e a maior parte das pessoas, especialmente as mulheres, era analfabeta. O segundo grupo engloba aqueles que iam à escola em 1940, vivenciado um ligeiro aumento da frequência escolar. Muitas escolas foram, entretanto, edificadas em todo o país. O objetivo principal passava por garantir que todas as crianças recebessem uma educação moral e ideológica. O terceiro grupo foi para a escola em meados do século XX. Depois de 1974, mais reformas foram implementadas e a educação foi estendida a todos, com base no direito à igualdade em todas as áreas. Estas alterações foram significativas e tiveram um forte impacto na população. Este relatório do Eurostat (EC, 2010b) apresenta também projeções, representadas no **Gráfico 2.2** sobre o nível de educação por género e escalão etário dos 60 aos 69 anos da população portuguesa, nos anos de 2001 e 2021.

Gráfico 2.2: Nível educacional (%) por género (60-69 anos). Portugal, 2001/2021



Fonte: EC (2010b)

Os dados com maior destaque apresentam-se nas extremidades do gráfico. O valor mais discrepante surge em 2001, quando se comparam os géneros. A percentagem de mulheres com idades entre os 60 e os 69 anos, sem qualquer nível de educação, era o dobro relativamente aos homens com as mesmas características. Em 20 anos, prevê-se que os valores não atinjam os 5% para ambos os géneros. Outros dados em destaque são os relativos ao nível mais elevado de educação. Em 2001, a percentagem de indivíduos do género, quer masculino quer feminino, ronda os 5%.

A ação determinada pela qualificação dos portugueses não deve incidir apenas na redução do insucesso e abandono escolares e na criação de percursos educativos mais longos e de maior qualidade para os jovens. Alguns dados do Conselho Nacional de Educação (2015) referente ao Relatório *Estado da Educação 2014*, indicam que Portugal continua a ter um problema de qualificações dos adultos em idade ativa, mantendo-se o défice estrutural de qualificações escolares (62% dos adultos entre os 25-64 anos não completaram o ensino secundário).

Seguidamente apresenta-se alguns indicadores no domínio educativo no que concerne à educação de adultos com base num *Inquérito à Educação e Formação de Adultos* (IEFA), realizado em 2011. Segundo os dados do INE (2013a), o retrato evolutivo da educação, formação e aprendizagem da população adulta em Portugal revela que aproximadamente metade da população dos 18-64 anos (48,8%) participou em alguma atividade de educação formal e/ou não formal em 2011. De acordo com os dados da **Tabela 2.1**, em 2011, a participação em educação formal foi de 16,6% (12,0% em 2007) e em educação não formal foi de 41,5% (23,1% em 2007). Nota-se um aumento da participação das pessoas pela ALV, em que a componente formal da educação (associada à escolaridade) tem necessariamente um peso menor do que a componente não formal (ligada à formação em sentido lato).

Tabela 2.1: Proporção (%) de pessoas (18-64 anos) que participou em ALV, educação formal/não formal. Portugal, 2007/2011

	2007	2011	Variação (2011-2007)
	%		p.p.
ALV	30,9	48,8	17,9
Educação formal	12,0	16,6	4,6
Educação não formal	23,1	41,5	18,4

Fonte: INE (2013a)

O aumento na participação em atividades de ALV foi observado em todas as regiões do país nas suas duas componentes – educação formal e educação não formal (**Tabela 2.2**). Porém, foi particularmente notório na Região Autónoma da Madeira, que registou, em 2011, um aumento superior à média nacional, de 24,3 pontos percentuais, devido sobretudo ao aumento na participação em atividades de educação não formal (26,1 pontos percentuais). As regiões Norte e Centro foram as que registaram maiores aumentos, quer na participação em educação formal, quer em educação não formal, o que revela cada vez mais o interesse das pessoas pela formação ao longo da vida.

Tabela 2.2: Proporção (%) de pessoas (18-64 anos) que participou em ALV, educação formal/não formal. NUTS I e II, 2007/2011

	ALV		Educação formal		Educação não formal	
	2007	2011	2007	2011	2007	2011
Portugal	30,9	48,8	12,0	16,6	23,1	41,5
Norte	27,7	48,3	11,2	16,2	20,7	42,1
Centro	31,8	50,9	13,2	18,4	22,9	43,3
Lisboa	36,0	49,6	12,0	16,9	28,4	41,5
Alentejo	30,4	46,0	14,8	16,0	19,8	37,7
Algarve	31,8	51,2	12,7	16,2	24,0	43,0
R. A. Açores	25,4	35,1	7,7	12,1	20,2	25,6
R. A. Madeira	19,9	44,2	8,6	11,6	13,9	40,0

Fonte: INE (2013a)

Ainda de acordo com os dados do INE (2013a) a evolução positiva em ALV contribuiu para melhorar a posição de Portugal na UE. Em 2011, 44,4% da população portuguesa com idade dos 25 aos 64 anos participou em atividades de ALV, proporção acima da média europeia a 27 países (UE27) – 40,8%. Em relação ao meio de aprendizagem, em 2011, verifica-se uma alteração nos meios de aprendizagem utilizados, tendo a aprendizagem através de computador ganhado relevância face aos livros e às revistas especializadas. A aprendizagem através de familiares, amigos ou colegas (50,1%) e através de computador (46,3%), foram as que registaram valores mais elevados, o que revela que as TIC são cada vez mais utilizadas como meios de aprendizagem.

A não participação em educação, formação e aprendizagem é mais acentuada nos grupos etários mais avançados e entre a população menos qualificada. Segundo os dados do INE (2013a), nota-se um perfil menos qualificado entre as camadas mais envelhecidas, isto é, mais de metade da população com idade dos 55 aos 69 anos tinha apenas o 1º ciclo de escolaridade completo (55,1%), enquanto aproximadamente um décimo daquela população (9,5%) tinha concluído o ensino superior. Os níveis de participação em atividades de educação, formação e aprendizagem entre as pessoas mais velhas eram mais baixo do que os observados para o total da população.

Com um historial de alternância entre valorização e desvalorização da Educação de Adultos em Portugal, muito marcada ideologicamente e determinando orientações políticas que não parecem suscetíveis de conciliação, surge em 2005, a Iniciativa Novas Oportunidades (INO), com implicações sobretudo no âmbito das políticas de educação e formação profissional, o qual traduz as assunções do XVII Governo Constitucional (2005-2009), no domínio da qualificação da população portuguesa. Evoluindo a partir da rede de Centros de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (CRVCC) (que existiram de 2000 a 2005), os Centros de Novas Oportunidades (CNO) surgem como entidades responsáveis pelo cumprimento desse objetivo.

É inegável que, apesar do objetivo numérico inerente a esta iniciativa, a INO permitiu a massificação e divulgação da educação de adultos, tanto ao nível da aproximação junto

das populações, como do aumento das oportunidades de acesso às mesmas, permitindo a sua credibilização. Os resultados da avaliação externa da INO, levada a cabo pela Universidade Católica, revelaram uma melhoria efetiva das competências-chave dos adultos, com maiores ganhos ao nível das *hard-skills* Literacia (leitura, escrita e comunicação oral) e em *e-competência* (uso de computador e Internet), um forte reforço das *meta-skills*, autoestima e da motivação para continuar a aprender – “Aprender a aprender” e, uma melhoria generalizada das *soft-skills*, competências pessoais, sociais, cívicas e culturais (Carneiro, 2010).

Associado à INO o Plano Tecnológico (2005-2009) deu origem ao Programa *e-iniciativas*, dando a possibilidade aos adultos dos Centros Novas Oportunidades, assim como formandos de Cursos de Educação e Formação de Adultos (EFA) terem acesso a computadores portáteis, com Internet móvel a preços reduzidos destinados ao desenvolvimento das suas competências digitais. Este programa representa a mobilização de esforços entre governo e operadores móveis de telecomunicações para facilitar o acesso a equipamento técnico necessário ao desenvolvimento de competências em TIC por parte de uma vasta camada da população portuguesa, essencialmente os cidadãos adultos inseridos na INO com dificuldades de acesso aos serviços da Sociedade da Informação, em virtude da ausência de qualificações no domínio das TIC. Este programa assumia, neste sentido, como objetivo estratégico mobilizar os portugueses para a Sociedade da Informação e do Conhecimento e combater a infoexclusão (Araújo & Coutinho, 2009).

Em 2011, com a lei orgânica do XIX Governo Constitucional (2011-2015), a Agência Nacional para a Qualificação (ANQ) e a INO ficaram na dependência dos Ministérios da Economia, do Emprego, da Educação e Ciência, iniciou-se um processo de avaliação e reestruturação das mesmas com o anunciado objetivo de obter ganhos de credibilidade e eficiência, garantindo uma maior exigência e rigor nos processos de certificação, verificação e reconhecimento de competências. Resultante deste processo, no final de 2011, foram encerrados vinte dos quatrocentos e cinquenta da

rede de CNO, e a ANQ deu lugar à Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional (ANQEP), cuja mudança de nomenclatura indica a clara mudança de prioridades do Governo relativamente à educação de adultos, numa forte aposta no ensino profissional e numa explícita ocultação de qualquer modalidade educativa formal especificamente dirigida a públicos adultos.

O executivo do XIX Governo Constitucional transformou os CNO em Centros Nacionais de Qualificação e Ensino Profissional (CNQEP), no âmbito de um plano mais vasto de aposta no ensino profissional, que elege como uma nova prioridade em Portugal. Os CNO encerraram definitivamente em 31 de março de 2013. Após ser cancelada a INO e não ser substituída por qualquer programa de aposta nas qualificações dos adultos, estão neste momento suspensos todos os esforços de superação de um dos mais graves défices que prejudica o País e os portugueses. A continuidade das intervenções públicas neste domínio é um elemento crucial para a redução do défice das qualificações, bem como a melhoria contínua da qualidade dos processos de educação-formação de adultos. É, pois, com este propósito que o Programa do atual XXI Governo Constitucional (2015-2019), assume um objetivo fundamental para restabelecer a educação de adultos, através da criação de um Programa de Educação e Formação de Adultos que consolide um sistema de aprendizagem ao longo da vida e a sua ação estratégica para a próxima década com o objetivo de revitalizar a educação e formação de adultos enquanto pilar central do sistema de qualificações, assegurando a continuidade das políticas de aprendizagem ao longo da vida e a permanente melhoria da qualidade dos processos e resultados de aprendizagem, que procure:

- Criar mecanismos de aconselhamento e orientação de adultos que permitam o encaminhamento dos formandos em função do seu perfil, das necessidades de formação e das oportunidades de inserção profissional e realização pessoal, garantindo a consistência com as expectativas dos indivíduos.
- Criar percursos de educação-formação diferenciados em função das necessidades de grupos específicos, como: Programa de Competências Básicas para alfabetização, língua inglesa, TIC.

- Revitalizar a educação e formação de adultos enquanto pilar central do sistema de qualificações, através da ativação de uma rede nacional de centros especializados em educação-formação de adultos no atendimento, aconselhamento, orientação e percursos de aprendizagem, com base nas reais necessidades de qualificação dos diferentes territórios/setores económicos.

2.4. A Política Social no início do século XXI e as TIC

A presidência portuguesa do Conselho Europeu, durante o primeiro semestre de 2000, constituiu outro impulso crucial para o desenvolvimento da política social europeia. Possivelmente o ponto mais alto da presidência portuguesa foi o Conselho Europeu Extraordinário de Lisboa, que teve lugar a 23 e 24 de março de 2000. Neste Conselho Extraordinário, foi delineado um ambicioso objetivo estratégico para um período de dez anos (2010) o de tornar a UE no espaço económico mais dinâmico e competitivo do mundo baseado no conhecimento e capaz de garantir um crescimento económico sustentável, com mais e melhores empregos, e com maior coesão social.

É ainda no ano 2000 que a Comissão elabora a Agenda para a Política Social. A cimeira extraordinária de Lisboa na Primavera desse ano levantou uma série de desafios para a Comunidade, os seus Estados-Membros, parceiros sociais e civis, no sentido de terem de dar resposta a desafios como as questões relativas ao emprego, a passagem para uma economia com base no conhecimento, as novas situações sociais que tornaram urgente a luta contra a exclusão social, o alargamento da UE e a internacionalização. O objetivo estratégico definido em Lisboa é simultaneamente um desafio económico, social e político. Assim, segundo a Comissão Europeia, a política social deverá ser capaz de responder às solicitações económicas e sociais das sociedades europeias em mudança, sendo para tal necessário proceder-se à definição de uma estratégia comum para a modernização do modelo social europeu e que se invista na melhoria da qualidade de vida dos cidadãos (EC, 2010a).

A exclusão social, a pobreza são problemas do âmbito da política social que muitas vezes estão associados ao envelhecimento, que exigem uma ampla convergência de intervenções sociais, culturais e económicas (Bruto da Costa, 1998). Segundo Stewart (2000), a inclusão pressupõe uma adequada partilha dos recursos de uma sociedade, mas também a adequada participação dos cidadãos na determinação das oportunidades de vida, quer individual, quer coletiva. Os processos de inclusão têm necessariamente de visar o *empowerment* dos indivíduos e dos grupos sociais.

Para Pinto (1998), uma sociedade inclusiva deve encarar a inclusão social em termos de participação significativa dos indivíduos nos processos de democracia deliberativa, nos processos de (re)criação dos seus contextos de vida. Pelo contrário, uma sociedade liberal prefere enfatizar a autonomia das estruturas e dos processos macroeconómicos, é um tipo de sociedade que atomiza os indivíduos, tornando-os mais vulneráveis nos processos de contratualização das relações sociais (Santos, 1998). A inclusão social/exclusão como tema de interesse comum comunitário consubstancia-se no *Processo Europeu para a Inclusão Social*, que recebeu um impulso fundamental de toda a presidência portuguesa da UE na Estratégia de Lisboa, na qual a luta contra a exclusão social e a pobreza se evidenciou uma vez mais como elemento na modernização do modelo social europeu (Bruto da Costa, 2008).

Os principais elementos do processo para a inclusão social são: combater a pobreza, tornar os sistemas educativos inclusivos e conducentes à inclusão, assegurar acesso a oportunidades de formação ao longo da vida, assegurar o acesso aos serviços e sua qualidade, reforçar a governância das políticas de inclusão social e de educação. De acordo com Pinto (2010), os elementos cruciais para o futuro próximo passam por aumentar a participação no mercado de trabalho, em especial das mulheres, dos jovens, dos trabalhadores mais velhos (envelhecimento ativo) e outros cidadãos com dificuldades de acesso ao mercado de trabalho, promover o capital humano e reduzir as disparidades regionais.

O objetivo comum da Estratégia de Lisboa passava então pela construção de uma Europa onde todos tivessem oportunidade de desenvolver plenamente as respetivas potencialidades, sentindo que podiam dar um contributo válido e que pertenciam a um projeto de futuro. Neste sentido, a **Tabela 2.3** mostra as principais orientações políticas da Estratégia de Lisboa, em que a política para a Sociedade da Informação e do Conhecimento assume um lugar de destaque.

Tabela 2.3: Principais orientações políticas da Estratégia de Lisboa

A Estratégia de Lisboa estabeleceu as seguintes principais orientações políticas:

-
- (A) A política para a sociedade da informação e do conhecimento com um impulso para difundir as TIC dirigida à melhoria dos padrões de vida dos cidadãos, com aplicações concretas nos campos da educação, serviços públicos, comércio eletrónico, saúde e gestão urbana.
-
- (B) Uma política de investigação e desenvolvimento em que o programa comunitário e as políticas nacionais existentes convirjam para uma área de investigação europeia através da organização em rede dos programas e das instituições de I&D.
-
- (C) Reformas económicas que, além de manterem a estabilidade macroeconómica, fortaleçam o crescimento, o emprego e a mudança estrutural, utilizando as políticas orçamental e fiscal para promover a educação, a formação, a investigação e a inovação.
-
- (D) Um modelo social europeu renovado assenta em três vetores: fazer mais investimento nas pessoas, ativar políticas sociais e fortalecer a ação contra as antigas e novas formas de exclusão social.
-
- (E) Novas prioridades para as políticas de educação, transformar as escolas em centros de aprendizagem abertos, apoiando todos e cada um dos grupos populacionais e utilizando as TIC, além disso, a Europa deveria adotar um enquadramento de novas capacidades básicas e criar um diploma para combater a iliteracia digital.
-
- (F) Um processo institucional de cooperação entre os Estados-Membros para modernizar a proteção social, identificar as reformas para responder aos problemas comuns tais como a alteração dos sistemas de pensões em função de envelhecimento populacional.
-
- (G) Diálogo melhorado na gestão da mudança e implementação de formas variadas de associação com a sociedade civil, incluindo a divulgação de boas práticas das empresas com maior responsabilidade social.
-

Fonte: EC (2001)

Atingido o marco temporal de 2010, anteriormente definido pela Estratégia de Lisboa, em 2000 sem que tivessem sido plenamente alcançados os objetivos propostos, a UE

definiu uma nova estratégia de crescimento denominada Estratégia Europa 2020. Num contexto de profundas mudanças planetárias, a UE propõe-se agora alcançar um *crescimento inteligente, sustentável e inclusivo*. Defende-se que estas prioridades mutuamente reforçadas permitirão aos Estados-Membros atingir elevados níveis de emprego, produtividade e coesão social, numa interligação entre Economia e Política Social que a UE tem vindo a defender como principal orientação do seu denominado modelo social europeu. Mais uma vez a questão das TIC assume uma importância decisiva.

Assim, o *crescimento inteligente* significa que a UE tem de melhorar os seus indicadores, ao nível da educação, da investigação e inovação, bem como promover a verdadeira sociedade digital (que utiliza, mais e melhor, as TIC). Através de uma melhor educação e um maior investimento na investigação e na inovação será possível à Europa criar novos produtos e serviços, dinamizar a economia, criar mais empregos e facilitar a adaptação às mudanças sociais. Para este crescimento estão implicadas duas iniciativas principais:

- Agenda digital para a Europa (*Digital Agenda for Europe*): criação de um mercado digital único no espaço europeu, com base em acesso à Internet rápida e ultrarrápida e aplicações passíveis de serem utilizadas por diferentes operadores.
- União na Inovação (*Innovation Union*): focalização da I&D nos principais desafios com que as nossas sociedades se deparam.

A definição destas duas prioridades, que se reforçam entre si, visa conduzir a UE e os Estados-Membros à obtenção de níveis elevados de emprego, de produtividade e de coesão social (CE, 2010). Para a concretização de tal objetivo, a UE definiu metas específicas a serem alcançadas até 2020 em cinco domínios: emprego, inovação, clima/energia, educação e inclusão social. A redução do abandono precoce de educação e formação, bem como o aumento da proporção de pessoas com ensino superior, constituem duas prioridades definidas pela Comissão Europeia para o ano de

2020, no âmbito da Estratégia Europa 2020, adotada pelo Conselho Europeu em junho de 2010. A UE apoia as ações dos Estados-Membros para ajudar a concretizar os objetivos económicos e sociais globais da Estratégia Europa 2020 - Educação e Formação para 2020.

2.4.1. Contexto político para a inclusão digital

Uma forma de averiguar a relação da pessoa idosa com as TIC deve passar pela análise das prioridades políticas quer ao nível europeu, quer ao nível nacional, bem como de que forma este grupo etário tem usufruído de planos de desenvolvimento tecnológico. No que se refere à implementação de medidas políticas, constata-se uma tentativa de uniformizar as estratégias a adotar pelos diversos países que constituem a UE. Um exemplo disso é a iniciativa *eEurope* (2002 e 2005), que teve como objetivo incentivar o recurso às TIC e estabelecer “uma sociedade da informação para todos” EU (2000a, 2002). Apesar de não se verificar a existência de iniciativas diretamente dirigidas à generalização das TIC na população idosa, existe uma preocupação geral em garantir uma formação ao longo da vida, assim como promover a infoinclusão no seio dos grupos minoritários, onde se inserem as pessoas idosas.

Neste âmbito e de acordo com Neves (2010), é de realçar os projetos pioneiros das cidades digitais portuguesas que foram desenvolvidos através de planos de ação financiados ou geridos pelo Governo. As primeiras experiências digitais nacionais iniciaram-se em fevereiro de 1998, sob o programa “Cidades Digitais”, contemplando cinco pequenas e médias cidades, entre elas Castelo Branco. Os objetivos do Programa eram melhorar a qualidade de vida nas cidades; contribuir para o desenvolvimento de áreas periféricas; melhorar a economia local e o emprego; combater a infoexclusão e integrar os cidadãos com necessidades especiais (POSI, 1998; Moutinho & Heitor, 2005). Após o sucesso desta fase embrionária, o Programa Operacional para a Sociedade da Informação (POSI) lançou, em 2001, o concurso público para a generalização do Programa Cidades e Regiões Digitais. No final de 2005 estavam

concluídos trinta e três projetos, abrangendo duzentos e oitenta e sete municípios do país, cobrindo cerca de 95% da área de todo o território nacional (POSI, 2001).

2.4.1.1. Iniciativas políticas da União Europeia

Uma iniciativa política muito importante da UE no âmbito da e-Inclusão foi a Declaração Interministerial de Riga que teve lugar em 2006 e que contou com a presença de delegações de países membros da UE27. Esta declaração teve uma orientação muito clara relativamente à importância das TIC como fator primordial para promover a «*eInclusion*» e eliminar a designada «*digital divide*» nestes países. Apesar das intervenções terem um âmbito geral, para todos os cidadãos, verificou-se existir uma preocupação particular relativamente a grupos: pessoas com deficiência, mulheres, grupos com baixos níveis de literacia, desempregados e pessoas idosas. Para além destas particularidades, a referida declaração apresentava como objetivos a cobertura de todo o território, especialmente em zonas mais remotas/rurais, a promoção da literacia digital junto da população, mas sempre com o respeito pelo contexto sociocultural de cada país e de cada região.

A declaração apresenta um total de quarenta e seis pressupostos a implementar, e, para além dos aspetos mais gerais que já foram referenciados, identifica um conjunto de medidas que são específicas para as pessoas idosas e que se passam a apresentar (EU, 2006):

- *Pressuposto 9*: a necessidade de desenvolver e explorar o potencial mercado das TIC e da Internet junto das pessoas idosas através de protocolos que permitam a interoperabilidade entre diferentes sistemas digitais no sentido de acautelar apoios sociais;
- *Pressuposto 10*: melhoria das condições de empregabilidade das pessoas idosas através de uma formação para o incremento e/ou atualização das suas competências digitais;

- *Pressuposto 11:* promoção de uma melhoria e facilitação das relações sociais através da utilização das TIC visando uma maior participação das pessoas idosas;
- *Pressuposto 12:* promoção da utilização de tecnologias assistivas e de ambientes inteligentes e de outros serviços baseados nas TIC ao nível da saúde, dos serviços de apoio social e dos serviços públicos;
- *Pressuposto 20:* promoção de iniciativas e de medidas que visem a criação de cursos de formação para a promoção da literacia digital com particular incidência para grupos de cidadãos infoexcluídos onde se encontram referenciadas as pessoas idosas;
- *Pressuposto 41:* ter em atenção as particularidades das pessoas idosas no que diz respeito às suas necessidades decorrentes do seu processo de envelhecimento para uma melhoria das suas condições e qualidade de vida (em meio laboral ou na situação de aposentação) e nos cuidados de saúde.

A UE27, na sequência da Declaração Interministerial de Riga, implementou a medida «*Envelhecer bem na sociedade da informação – Uma iniciativa i2010*», com o objetivo de fazer com que as TIC pudessem ajudar as pessoas idosas na melhoria do seu Bem-estar, pela criação de condições que lhes permitissem viver de forma independente e mais autónoma durante um maior período de tempo. De acordo com as metas da Comissão das Comunidades Europeias (2007a), pretendia-se com a «*Iniciativa i2010*» e com o Plano de Ação «*Envelhecer bem na sociedade da informação*» que as TIC pudessem ter um alcance maior e mais abrangente ao permitirem que as pessoas idosas, se mantivessem ativas no trabalho e na comunidade, rentabilizando-se a sua experiência e competências acumuladas. Na prática, foram considerados os seguintes eixos:

- Envelhecer bem no trabalho: prevendo-se uma maior atividade e produtividade com um incremento da sua qualidade, com a introdução de práticas inovadoras, mais adaptáveis e flexíveis onde as TIC pudessem estar presentes

de modo a facilitarem um maior equilíbrio entre o trabalho e a vida privada através da aquisição de competências digitais.

- Envelhecer bem na comunidade: permanecer socialmente ativo e criativo, através de soluções TIC para a criação de redes sociais, bem como do acesso aos serviços públicos e comerciais, melhorando assim a qualidade de vida e reduzindo o isolamento social.
- Envelhecer bem em casa: usufruir de uma melhor qualidade de vida, ter uma vida mais saudável, possuir níveis mais elevados de independência, de autonomia e dignidade através da utilização das TIC.

A população idosa surge neste documento como um grupo «frágil» por diversas razões que se prendem com a sua situação pessoal: baixos rendimentos, baixo nível de literacia e/ou de educação, problemas de saúde, localização geográfica, questões de género e mesmo a possibilidade de possuírem algumas deficiências. Aliadas a estas questões limitadoras podem ainda ser acrescentadas questões relacionadas com a complexidade das tecnologias e o facto dos produtos e serviços ainda não estarem adaptados ou adequadamente disponíveis para satisfazerem as necessidades dos utilizadores mais velhos. Como se reconhece no documento, se não forem tomadas medidas, esta situação irá verificar-se também para as «futuras populações idosas» devido à rápida evolução tecnológica que se tem vindo a assistir.

A implementação das medidas do plano de ação da *Iniciativa i2010* pode trazer diversas vantagens, nomeadamente:

- Para os cidadãos, representará uma melhor qualidade de vida e melhores condições de saúde, permitindo uma maior longevidade (também no trabalho), possibilitando às pessoas idosas a oportunidade de uma atualização regular das suas competências e, ao mesmo tempo, uma maior participação cívica e social.
- Para as empresas, representará mais oportunidades no mercado através de uma mão de obra mais qualificada e, consequentemente, mais produtiva.
- Para as autoridades europeias, representará significativas reduções de custos nos cuidados de saúde e da assistência social.

2.4.1.2. Iniciativas políticas de Portugal

No que diz respeito às TIC e o seu contributo para o processo de envelhecimento e para as respetivas pessoas idosas, pode-se afirmar que Portugal já tem vindo a apresentar um conjunto de iniciativas e de medidas formais e institucionais que remontam ao Livro Verde da Sociedade da Informação em Portugal, que teve a sua publicação no ano de 1997. Neste particular, refere-se a preocupação em implementar intervenções que incluam as pessoas idosas na Sociedade da Informação e do Conhecimento, de modo a que a percentagem de infoexcluídos possa ser minimizada. Posteriormente, foram apresentadas diversas iniciativas e planos nacionais para a utilização e incorporação das TIC na sociedade portuguesa, onde se incluem menções específicas para as pessoas idosas apesar da sua denominação incluir «necessidades especiais/deficiências», porque existe uma grande maioria das pessoas idosas que se incluem nestes grupos. As iniciativas desenvolvidas neste campo a nível nacional são as seguintes:

- Livro Verde da Sociedade da Informação em Portugal (1997).
- Iniciativa Nacional para os Cidadãos com Necessidades Especiais na Sociedade da Informação (1999).
- Resolução 96/99: e-Acessibilidade de *websites* do setor da Administração Pública Central e Local.
- Resolução 110/2003: Programa Nacional para a participação de Cidadãos com Necessidades Especiais na Sociedade da Informação.
- Plano de Ação Nacional para o Crescimento e Emprego (2005-2008).
- Ligar Portugal – Plano de Ação Nacional para a Sociedade da Informação (2005-2010).
- Estratégia Nacional para um desenvolvimento Sustentável (2006-2015).
- Plano de Ação nacional para a inclusão de Cidadãos com Necessidades Especiais (2006).
- Resolução 120/2006: Plano de Ação Nacional para a Inclusão de Cidadãos com Deficiências.

- Plano de Ação para a Inclusão (2006-2008).
- Resolução 9/2007: Plano de Ação Nacional para a Acessibilidade.
- Resolução 155/2007: Linhas de orientação para a e-Acessibilidade nos *websites* da Administração Pública.
- Resolução 91/2010: Agenda Digital 2015.
- Resolução 112/2012: Agenda Portugal Digital.
- Resolução 15/2013: Programa Aproximar.
- Decreto – Lei n.º 55/2013: Lei orgânica da FCT – Rede TIC e Sociedade.
- Decreto – Lei n.º 74/2014: Rede de Espaços do Cidadão.

Estes foram alguns dos exemplos que demonstram a atenção que Portugal tem vindo a desenvolver em prol das políticas de inclusão digital dos cidadãos, particularmente dos grupos mais carenciados e necessitados.

Com o XVII Governo Constitucional (2005-2009) foi lançado o Plano Tecnológico o qual foi considerado como um marco fundamental para a modernização do país ao envolver todas as áreas da sociedade, empresas e famílias. Tal como nos casos anteriores, não existe uma medida ou indicação expressa para as pessoas idosas, mas é possível encontrarem-se referências que estabelecem uma ligação muito próxima e direta entre as TIC e estes cidadãos. O Plano Tecnológico (2005-2009) tem a sua ação baseada em três eixos:

1. Conhecimento: visando a qualificação dos cidadãos para a sociedade do conhecimento através do incremento dos níveis educativos e a implementação da aprendizagem ao longo da vida;
2. Tecnologia: recuperar o atraso científico e tecnológico de Portugal privilegiando-se assim as atividades Investigação e Desenvolvimento (I&D);
3. Inovação: visando promover uma maior flexibilização do tecido produtivo e a introdução de novos processos e formas de organização de serviços e de produtos.

Em todos estes eixos há uma preocupação em dirigir esforços para o incremento da inclusão digital, o que significa incluir as pessoas idosas nestas metas que se pretendem atingir através de uma maior coesão social. Para além destas medidas com um carácter nacional, vão ocorrendo iniciativas de âmbito local onde as pessoas idosas são o objeto de intervenção.

O XIX Governo Constitucional (2011-2015), assumiu como objetivo estratégico promover a inovação, o empreendedorismo e a internacionalização da economia nacional, com vista a tornar Portugal, um país com empresas de elevado potencial de crescimento e internacionalização. Neste contexto, a utilização das TIC pelas empresas é um fator decisivo para o aumento da sua produtividade e competitividade.

Neste sentido, tornou-se necessário uma revisão da Agenda Digital 2015, promovendo o seu alinhamento com os objetivos definidos pelo Governo para o reforço da competitividade e da internacionalização das empresas nacionais, em especial das pequenas e médias empresas (PME), através da inovação e do empreendedorismo qualificado, definidos no Programa Estratégico para o Empreendedorismo e a Inovação (+E+I). A Agenda Portugal Digital foi então aprovada tendo em consideração as prioridades estabelecidas na Agenda Digital para a Europa EU (2010) e na Estratégia Europa 2020 - EU 2020 (**Figura 2.2**).



Figura 2.2: Esquema ilustrativo dos intervenientes para a Estratégia Europa 2020

Fonte: EU (2010)

No prosseguimento da Estratégia Europa 2020, foram delineadas iniciativas comunitárias para um crescimento inteligente com o objetivo de melhorar todos os níveis de educação e formação, dando igualdade de oportunidades a todos.

Os princípios constantes da Agenda Portugal Digital traduzem-se por uma aposta no desenvolvimento da Economia Digital e da Sociedade do Conhecimento com a interferência do setor público, do setor privado e da sociedade civil. É assim composta por seis áreas de intervenção: i) acesso à banda larga e ao mercado digital; ii) investimento em Investigação, Inovação e Desenvolvimento (II&D); iii) melhorar a literacia, qualificação e inclusão digitais; iv) combate à fraude e à evasão fiscais, contributivas e prestacionais; v) resposta aos desafios sociais e vi) empreendedorismo e internacionalização do setor das TIC. Em relação à área de intervenção da melhoria da literacia, qualificação e inclusão digitais, pretende-se a inclusão de pessoas com necessidades especiais, que será abordada através da acessibilidade e facilidade de utilização das aplicações e soluções digitais, de modo a

promover a utilização das TIC e, para que, até 2016, seja possível diminuir para 30% o número de pessoas que nunca utilizou a Internet.

O Programa do XIX Governo Constitucional (2011-2015), propõe também uma agenda reformista e inovadora para a administração local assente na proximidade com os cidadãos e na descentralização administrativa, designadamente através da transferência de competências e recursos da administração central para os municípios e para as entidades intermunicipais, nas situações em que tal se justifique, pela existência de ganhos de eficiência e eficácia no quadro das relações entre o Estado, a administração local e os cidadãos.

Com relevância para a concretização do referido objetivo, o Memorando de Entendimento celebrado no âmbito do Programa de Assistência Económica e Financeira entre o Estado Português, o Fundo Monetário Internacional, a Comissão Europeia e Banco Central Europeu, prevê a identificação e eliminação das situações de duplicação de atividades e outras ineficiências entre os serviços periféricos e descentralizados da administração central e os serviços da administração local, tarefas que, naturalmente, devem anteceder qualquer movimento de descentralização administrativa.

Neste âmbito é criado o Programa Aproximar que é um programa de Descentralização de Políticas Públicas que deve compatibilizar-se com a aplicação das medidas setoriais, em matéria de racionalização de serviços públicos desconcentrados. Para este efeito, houve uma reorganização de serviços públicos, onde se verificou uma evolução das Lojas do Cidadão para a criação da Rede de Espaços do Cidadão. No caso particular das Lojas do Cidadão foram desenvolvidos desde 2010, novos modelos de atendimento aplicados a eventos de vida, nomeadamente o Balcão Sénior, o qual integra um conjunto de serviços específicos para este segmento populacional. Trata-se de um balcão integrado destinado às pessoas idosas que inclui a disponibilização de serviços e informações relacionadas com a reforma, tempos livres, saúde e outras áreas de importância, tais como transportes, apoio social, lazer ou serviços como marcação de

ambulância para transporte de doentes, marcação e pedido de apoio domiciliário, serviços municipais para pessoas idosas (marcação de atividades, pagamentos: telefone, eletricidade). Com este modelo de atendimento espera-se melhorar a qualidade de vida da população idosa, quer através de melhor informação, quer do acesso a serviços que muitas vezes desconhece.

Complementarmente, a rede de Espaços do Cidadão vem articular com a rede de Lojas do Cidadão de forma a complementar os serviços públicos presenciais por estas prestados com os serviços públicos disponíveis na Internet através de um novo modelo: o atendimento digital assistido. A rede Espaços do Cidadão tem como principais objetivos aproximar os serviços públicos dos cidadãos, combater a infoexclusão e promover a coesão social. Esta rede permitirá reduzir o fosso atual entre a ampla oferta destes serviços e a baixa procura dos mesmos pelos cidadãos. Esta solução permitirá ainda que os serviços públicos digitais sejam divulgados e realmente utilizados pelos cidadãos, mesmo aqueles que têm menores recursos económicos e/ou fraca literacia digital.

Outra medida adotada pelo XIX Governo Constitucional foi a extinção da UMIC - Agência para a Sociedade do Conhecimento, I.P. e a transferência das suas competências políticas para a Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P. (FCT). Neste contexto, desde 1 de março de 2012, que a FCT sucede à UMIC na responsabilidade pela coordenação das políticas públicas para a Sociedade da Informação e do Conhecimento em Portugal, em estreita colaboração com organizações internacionais. Nesta área, a FCT tem por missão promover a mobilização das políticas públicas para a Sociedade da Informação e do Conhecimento através de atividades de divulgação, qualificação e investigação. Esta missão concretiza-se no desenvolvimento de atividades de natureza central, regional e local, em diversas áreas de ação, em particular na Inclusão Digital.

A «Rede TIC & Sociedade», criada em dezembro de 2013, sob a tutela da FCT, é uma rede de “*stakeholders*” à escala nacional, que pretende mobilizar uma série de

contactos que permitam aumentar as sinergias para a apropriação das TIC por toda a sociedade portuguesa. Tem como missão promover a Inclusão e Literacia Digitais, dando especial atenção aos grupos mais vulneráveis à infoexclusão e contribuindo para a capacitação individual e para uma sociedade mais compreensiva e inclusiva. O objetivo último da sua ação é permitir que através da aquisição e/ou desenvolvimento de competências digitais (*e-skills*), qualquer cidadão, independentemente da idade e condição económico-social, possa exercer o seu direito de cidadania de forma consciente, reduzindo desta forma o «*digital divide*» em geral e o «*gap digital*» ou intergeracional, pela aproximação de gerações.

A «Rede TIC & Sociedade» está centrada numa estratégia nacional, global para a inclusão digital e para o aumento da literacia digital. Esta rede apoia qualquer facilitador digital, podendo ser este, uma instituição ou pessoa que facilite a alguém o acesso às TIC. Os facilitadores digitais podem ser aqueles que disponibilizam o espaço físico para o acesso ao computador e à Internet, como o fazem os Espaços Internet, as Bibliotecas Municipais, os Centros de Ciência Viva, etc. Também podem ser aqueles que põem à disposição o acesso a redes *Wifi* – caso das Câmaras Municipais, das Juntas de Freguesia e dos diversos fornecedores de acesso públicos (*hot spot* públicos). Os facilitadores digitais podem, também, ser aqueles que dispõem de cursos e ações de formação para a utilização do computador, do *tablet* ou da Internet. As UTIs são um bom exemplo disso mesmo, uma vez que dispõem de formação em TIC para pessoas com 50 e mais anos. Outro exemplo, são os Centros de Inclusão Digital do Programa Escolhas e muitas outras instituições da esfera das IPSS e/ou ONG, que têm à disposição uma ampla oferta de cursos e programas de formação sobre a Internet, os aplicativos e as funcionalidades que podem ser acedidas nesta gigantesca rede global.

O Programa do atual XXI Governo Constitucional (2015-2019) defende a dinamização de espaços públicos de contacto com a ciência e a tecnologia, como plataformas de desenvolvimento económico, cultural e científico e o lançamento de novas ações para novos públicos, incluindo apoio à inclusão dos mais idosos na sociedade digital e a

promoção da sua qualidade de vida. A qualidade de vida começa pelo Bem-estar físico, mental, emocional e social de cada um de nós. Num país muito envelhecido, as políticas devem adaptar-se a essa realidade. As redes digitais de contacto e informação, os programas de envelhecimento ativo são instrumentos cruciais da qualidade de vida de cada um. Para isso, o Governo adotará políticas articuladas no domínio do Bem-estar, da cultura, educação e economia no sentido da:

- Inserção da população idosa em programas de serviço comunitário com o objetivo de apoiar e auxiliar o ensino de jovens desfavorecidos;
- Criação de plataformas tecnológicas para facilitar a integração das pessoas idosas com mobilidade reduzida, potenciando a redução da exclusão social destes grupos;
- Apoiar o desenvolvimento de programas de teleconsultas ao domicílio e de aplicações digitais para a saúde individual;
- Apoiar programas de desenvolvimento de telemedicina aproveitando a largura de banda disponível para facilitar as consultas entre o médico e o doente, através de imagens *online*;
- Reforço dos museus e centros interativos de ciência, por meio da mobilização de apoios nacionais e locais, assim como ações para atrair novos públicos, incluindo os mais idosos;
- Lançamento de um programa sistemático de apoio a projetos intergeracionais com o objetivo de reforçar a cultura científica dos jovens e o debate intergeracional em torno do conhecimento.

2.5. Globalização e TIC

O processo de transformação estrutural que se verifica na nossa sociedade desde há algumas décadas, é um processo multidimensional, associado à emergência de um novo paradigma tecnológico, baseado nas TIC, que começaram a tomar forma e que se

difundiram de forma desigual por todo o mundo. As alterações desencadeadas manifestam-se atualmente num fenómeno de globalização do planeta, onde o espaço geográfico quase não tem fronteiras, onde as interações se estendem a todas as vertentes do conhecimento humano.

A sociedade contemporânea está marcada por três processos estruturantes:

- uma mudança acelerada, um processo interativo de transitoriedade, novidade e diversidade (Toffler, 1970) e pela colisão de três vagas civilizacionais – das civilizações agrícola, industrial e de informação (Toffler, 1980);
- uma desigualdade social crescente, tanto à escala nacional como em termos internacionais, aumentando perigosamente o fosso entre os mais ricos e os mais pobres (Emmerij, 1992);
- a emergência de novos sistema de poder, alicerçados em diferentes fontes (força, riqueza e conhecimento), com efeitos preocupantes no Estado de Direito, como a tendência para a descentralização da violência e para o aumento dos poderes erráticos (Toffler, 1991).

A diversidade e a novidade também atingiram os meios de comunicação, que acrescentaram novas dimensões às já existentes: a informática, as telecomunicações e a sua combinação com o avanço tecnológico no domínio do audiovisual. Na expressão de Negroponte (1996), a informação passou a ser guardada e difundida em `bytes` (informação digitalizada) em substituição dos velhos `átomos` (papel e outros suportes físicos). Atualmente, chegados ao século XXI existe uma nova realidade, fruto de um passado longínquo, onde os alicerces assentam numa unificação geográfica, numa multidisciplinaridade internacional entre todos os ramos do conhecimento. Mas onde, simultaneamente, os problemas de um país deixam de lhe dizer somente respeito, estendendo-se muito para além dos limites geográficos, financeiros, culturais, científicos, tecnológicos e sociais.

Podem considerar-se como marcas históricas da construção do conceito de globalização:

- os mercados medievais, nos quais o comércio, a troca mercantil começou a efetivar transações entre regiões cada vez mais afastadas;
- os descobrimentos e a expansão marítima dos séculos XV e XVII, onde a conquista e anexação de novos territórios beneficiaram o conhecimento;
- a revolução industrial do século XIX que impulsionou, entre outros, novas formas de produtividade.

Porém, o conceito de globalização com o sentido que lhe é dado na atualidade, surge associado à expansão e popularização das TIC por todo o mundo. É extensa a literatura sobre o tema da globalização, as suas formas e consequências, potenciada pela diversidade de vertentes para o abordar. Todavia, Teixeira e Nunes (2000, p. 11) entendem-na como “(...) fruto de uma combinatória complexa entre a revolução científica-tecnológica, a mundialização da informação, a interdependência estrutural das relações internacionais e da segurança mundial (...).”

Segundo Giddens (2000), a globalização é entendida como uma rede complexa de processos, que agem de forma contraditória e mesmo em oposição. Face à complexidade dos fenómenos emergentes, é difícil delimitar os contornos da sociedade atual, orientada por movimentos não lineares, fruto de influências múltiplas e diversas. De acordo com Waters (1999), a globalização pode ser definida como um processo social através do qual diminuem os constrangimentos geográficos sobre os processos sociais e culturais e em que os indivíduos se consciencializam cada vez mais dessa redução. Para este autor, uma cultura globalizada admite um fluxo contínuo de ideias, de informações, de compromissos, de valores e de gostos, mediados através da circulação de indivíduos, de garantias simbólicas e de simulações eletrónicas.

Com o advento da tecnologia MMX, baseada na convergência tecnológica, nasce a designação TIC, que envolve os conceitos do tratamento e interpretação da informação digital (texto, som, imagem e vídeo). Este conceito envolve novos

processos de comunicação, relacionamento e aquisição de conhecimentos. Através da Internet surgem as redes sociais digitais, os *chats*, os *fóruns*. A própria inovação na produção e organização do trabalho desenvolve-se em *Intranets* e tele-trabalho, surge o comércio eletrónico (*e-commerce*), desenvolvem-se as comunicações móveis, a indústria multimédia e aparecem novas vertentes: *e-health*, *e-goverment*, *e-business*, *e-learning*.

De acordo com Berners-Lee et al. (1994), em termos cronológicos no anos 90, no *Conseil Européen pour la Recherche Nucléaire* (CERN), desenvolveu-se um procedimento que permitia a partilha de informação e o estabelecimento de ligações que deram ao aparecimento da *World Wide Web* –*WWW*. Ao longo da década de 90 assistiu-se a um declínio gradual do uso da Internet em questões de defesa e ao aumento do uso da Internet por parte de universidades, empresas e, mais recentemente, pelo público em geral. Desta forma, a *WWW* tornou-se numa gigantesca teia de informação com cobertura mundial (Carvalho, 2004). Na opinião de Castells (2005), este fenómeno transformou a sociedade contemporânea numa ‘sociedade em rede’, uma vez que todo o mundo é afetado pelos processos que têm lugar nas redes globais, diminuindo as distâncias e aproximando as pessoas com interesses comuns.

Em Portugal, a Internet começou a ser utilizada na década de 80 em algumas empresas e universidades, tendo-se generalizado na década seguinte em todas as universidades portuguesas, a partir da criação da Rede de Comunicação Científica Nacional (RCCN). Contudo, foi a partir de 1994, com o aparecimento dos *Internet Service Provider* (ISP) que se popularizou o uso da Internet em Portugal (Lévy, 2000). A partir daí, as TIC instalaram-se de forma irreversível na vida quotidiana de todos, criando inclusive um certo grau de dependência com tudo o que seja eletrónico (Carvalho, 2005).

Mas a evolução da Internet não ficou por aqui, O’Reilly (2004) deu-lhe um novo significado, ao referir-se a esta como a *Web 2.0* ou «*Web social*». Este conceito, que rapidamente se popularizou, foi definido como sendo uma mudança para uma Internet

como plataforma, e um entendimento das regras para obter sucesso nesta nova plataforma. Entre outras, a regra mais importante é desenvolver aplicativos que aproveitam os efeitos de rede para se tornarem melhores, quanto mais usadas pelas pessoas, aproveitando a inteligência coletiva. Esta nova dimensão coletiva, de indivíduos que, independentemente da idade, partilham, colaboram e geram conhecimento, proporcionou o desenvolvimento de ferramentas com o objetivo de estreitar distâncias e de partilhar esse conhecimento. Assim, recursos como blogues, *wikis*, *fóruns*, correio eletrónico, serviços de comunicação síncrona, encontram-se hoje ao serviço de toda a população e à distância de um clique (Richardson, 2006; Bottentuit & Coutinho, 2008).

Segundo Carvalho (2008), a *Web 2.0* passa a ser encarada como uma plataforma digital que potencia processos de trabalho coletivo, de troca afetiva na qual tudo está facilmente acessível. Desta forma, muitos ambientes de aprendizagem informais podem ser criados a partir dos inúmeros recursos disponíveis na *Web 2.0*, contribuindo significativamente para o enriquecimento pessoal através da descoberta e socialização das informações e dos saberes (Lucas & Moreira, 2009). Portanto, as tecnologias e suas diferentes representações podem contribuir para o surgimento de espaços de formação que visem atender os anseios e desejos daqueles que querem aprender ao longo da vida (Barberá, 2009).

Nestes novos cenários, a palavra colaboração passa a ser de uso comum, concordando a maioria dos autores em admitir que a colaboração constitui uma condição básica para o desenvolvimento da Sociedade da Informação e do Conhecimento e da aprendizagem (Pozo, 2004). De facto, na *Web* é fácil produzir trabalho colaborativamente, uma vez que a maior parte das ferramentas da *Web 2.0* permite a coautoria o que favorece a aprendizagem colaborativa (Coutinho & Bottentuit, 2007; Barroso & Coutinho, 2009; Lisboa, 2010). A facilidade em publicar conteúdos e em comentar os *posts* fez com que as redes sociais digitais se desenvolvessem *online*. Para Recuero (2009), estas são espaços utilizados para a construção de um perfil ou página

peçoal, em que existe a interação através de comentários e exposição pública através da comunicação mediada por computador.

Estas ferramentas digitais permitem não só a pesquisa, mas também oferecem condições para que o conhecimento seja partilhado e socializado. Assim, estas tecnologias podem ajudar a população idosa a diminuir o isolamento e a solidão, aumentando as possibilidades de manter o contacto com familiares e amigos, incluindo as suas relações sociais através da utilização das redes sociais digitais como ferramenta facilitadora para a concretização do envelhecimento ativo e de uma melhor qualidade de vida (Jantsch, Machado, Behar, & Lima, 2012). Portanto, as redes sociais digitais, enquanto ferramentas *Web 2.0*, possibilitam diversas oportunidades para a criação de um ambiente de aprendizagem ao longo da vida, pelo que se deve ampliar a formação das pessoas idosas de modo a integrá-las no processo ensino/aprendizagem das TIC (Páscoa & Gil, 2012a).

Na atualidade os *sites* de redes sociais digitais transformam-se em pontos de encontro, de comunicação, de informação, de entretenimento e de sociabilidade para os mais diversos públicos. Dentro deste contexto, a população idosa não fica de fora e cada vez mais atua em tal complexo ecossistema comunicacional versando sobre os mais variados assuntos, como saúde, sociabilidade, lazer e trabalho. Assim, desafiam-se os estereótipos existentes da terceira idade e projeta-se uma imagem positiva da pessoa idosa de bem com a vida (Miné, 2014). O Facebook surge como uma das redes sociais digitais mais utilizadas em todo o mundo, como um espaço de encontro, interação em que as pessoas idosas podem comunicar, partilhar e interagir com a finalidade de melhorar o seu processo de envelhecimento (Páscoa & Gil, 2012b).

Um estudo realizado por Erickson (2011), sobre a forma como os mais velhos utilizam o Facebook, conclui que esta rede social digital facilita a conexão destes, às pessoas mais queridas e pode indiretamente facilitar o vínculo de capital social. A chamada de atenção gerada via Facebook leva muitas vezes à partilha e à receção de suporte emocional através de outros canais. Este estudo também aponta a falta de confiança

como razão mais forte para as pessoas idosas não usarem o Facebook. Falta de confiança não nas pessoas com quem poderiam contactar mas na natureza pública do Facebook. As pessoas idosas não veem esta rede social como um local apropriado para conversas particulares. O Facebook é visto pelas pessoas idosas deste estudo como uma plataforma para ficar a saber novidades (geralmente de forma passiva), para se manterem em contacto e monitorizar a situação. Recomenda-se que as comunidades *online* que tenham interesse em aumentar a participação das pessoas idosas, deverão prestar especial atenção às questões de privacidade (Páscoa, 2012).

Alguns dos entrevistados num estudo realizado por Selwyn, Stephen e John (2003a), explicaram a sua adoção das TIC pela simples vontade de se manterem em contacto com o computador, refletindo a sua perceção da importância da Sociedade da Informação e do Conhecimento. Em muitos casos, a adoção do computador e da Internet resultou do encorajamento por parte dos filhos que queriam que os seus pais utilizassem o computador. As relações intergeracionais não só são fortalecidas através do uso das TIC como são fomentadoras do uso da Internet pelas pessoas idosas.

Os estudos mostram que a questão da exclusão digital dos mais velhos não fica resolvida com o acesso (Miranda et al., 2014). Mesmo a população idosa que utiliza a Internet e as redes sociais tem uma utilização débil destas ferramentas e não consegue usufruir de muitas das vantagens destas tecnologias. É por isso que Rebelo (2013), defende que em vez de se tentar mudar as pessoas idosas, a população idosa deveria ser envolvida na mudança das TIC, para que esta se torne mais atrativa, interessante e útil para este público. Para Gil (2014), as TIC têm vindo a tornar-se mais «humanizadas» porque estimulam e requerem o estabelecimento de ligações e de interações com terceiros. Neste particular, urge fazer um enquadramento e utilização das TIC por parte das pessoas idosas, para que estas passem a ser uma realidade inerente às suas rotinas diárias.

O Estado Nação, o Estado Providência, neste quadro global, sofreu um enfraquecimento face ao seu papel. A partilha de poder e responsabilidades com

outros órgãos da sociedade civil, leva-o a incorporar a função de controlador, coordenador e gestor das políticas públicas, onde orientações internacionais e no caso português, também da UE, têm de ser tidas em linha de conta. Perante as implicações subjacentes à realidade do século XXI, os Governos e as organizações internacionais assumiram que a generalização do uso das TIC é um instrumento fundamental de competitividade (EU, 2006; Comissão das Comunidades Europeias, 2007a; EU, 2010).

2.5.1. Os desafios da Sociedade da Informação e do Conhecimento e a pessoa idosa

A rápida evolução tecnológica com que o mundo se tem vindo a confrontar nas últimas décadas tem provocado profundas mudanças na sociedade, levando numerosos investigadores a analisar os seus efeitos e as suas consequências desde os problemas da globalização e soberania, aos problemas políticos, demográficos, financeiros e particularmente, ao nível do acesso ao conhecimento e à aprendizagem (Coelho et al., 2012). Assiste-se atualmente à emergência da Sociedade da Informação e do Conhecimento, baseada na rápida evolução das TIC, caracterizada pelo uso sistemático e intensivo da informação, do conhecimento, da ciência e da cultura (Rodrigues, 1991). Os seus efeitos conduzem a uma profunda reorganização da sociedade, e fazem-se sentir tanto ao nível da esfera produtiva como no mundo da educação/formação, fazendo convergir os 'modos de aprender' e os 'modos de produzir', exigindo o mesmo tipo de capacidades e de competências para o domínio destas situações.

Nos últimos anos, o debate tem sido aceso em torno da atribuição de um nome à época atual, caracterizada por profundas transformações causadas pela rápida introdução das TIC (Burch, 2006). Neste sentido, relativamente aos termos: Sociedade da Informação (SI) e Sociedade do Conhecimento (SC) não tem havido consenso. A revisão literária efetuada revela que alguns autores (Coelho, 2000; Magalhães & Rodrigues, 2000; Pinto & Santos, 2006) se referem à sociedade atual como «Sociedade da Informação e do Conhecimento». Contudo, pensa-se que se trata de conceitos distintos, embora separados por uma ténue fronteira. Segundo Gil (2014), informação

são dados processados de forma a terem significado para o recetor, podendo ser apelidados de «caldo de informação» onde tudo pode ser consultado a qualquer hora do dia e em qualquer lugar; o conhecimento é a compreensão prática e/ou teórica sobre um assunto. A informação está sujeita a um contexto que lhe dê valor e utilidade, enquanto o conhecimento envolve utilizar a informação para avaliar, organizar, seleccionar e, em última instância, produzir (Gouveia, 2004).

A Sociedade da Informação será pois aquela onde se usam as TIC para efetuar trocas de informação digital entre as pessoas e assegurar a comunicação entre elas, através de meios de comunicação eletrónicos, tais como o telemóvel, a rádio, a televisão, o computador, a Internet, entre outros, permitindo que as pessoas se mantenham informadas e ao mesmo tempo que contactem entre si, podendo desenvolver muitas atividades e até mesmo trabalhar. Esta sociedade é caracterizada pelo papel social crescente da informação, por um crescimento da partilha dos produtos e serviços e pela formação num espaço global de informação (APDSI, 2005).

Contudo, o conceito de acesso generalizado à informação impulsionado pelas TIC pode ser associado a um conceito mais lato, que se prende com a aplicação da informação disponibilizada, conduzindo à evolução para uma Sociedade do Conhecimento. Neste sentido, podemos dizer que dispor de informação é redutor, se não for utilizada para melhorar o Bem-estar. A Sociedade do Conhecimento caracteriza-se por uma proporção alta de trabalhadores do conhecimento (profissionais que criam, modificam e/ou sintetizam conhecimento como parte integrante das suas ocupações), e onde a educação constitui a pedra angular da sociedade (APDSI, 2005).

Por outro lado, a ideia de que o conhecimento é individual, é incongruente com esta sociedade emergente. O conhecimento deve ser partilhado por todos, adquirindo um carácter organizacional, é necessário garantir que a sociedade baseada no conhecimento promova a inclusão social, “(...) quem souber utilizar um computador pode ser socialmente ativo clicando simplesmente no rato (...)” (CE, 2003, p. 5). Atualmente evolui-se da Sociedade da Informação (perceção) para a Sociedade do

Conhecimento (julgamento). A informação necessita de ser analisada, compreendida e comunicada para se transformar em conhecimento. A Sociedade do Conhecimento depende da infraestrutura da Sociedade da Informação, de forma a ser capaz de produzir e disseminar conhecimento em prol do desenvolvimento. Neste âmbito, mais se acrescenta que, para a Europa, o desafio consiste em entrar na era digital, isto é, na sociedade digital e tornar-se uma verdadeira economia baseada no conhecimento.

A sociedade atual pode ser assim caracterizada como uma sociedade da informação com base no poder detido pelo conhecimento, dominado pelas TIC com o computador e a Internet (Coutinho & Lisboa, 2011). Estas autoras caracterizam a nova sociedade da informação como uma época que promove a aprendizagem, onde até mesmo a escola deixa de ser o local exclusivo para a construção do conhecimento, não sendo a aprendizagem um processo estático, mas sim algo que deve acontecer ao longo de toda a vida. Mas, pode-se afirmar que esta sociedade também tem o seu lado negativo, pois mesmo com a redução dos custos de acesso aos meios de comunicação, existe ainda quem não tenha possibilidades de os utilizar, ou porque não tem meios financeiros, ou porque existem muitas pessoas com pouca instrução que não conseguem utilizar este tipo de serviços. Neste grupo encontram-se as pessoas com mais idade que não acompanharam desde cedo as TIC e não fazem ideia de como as utilizar. Para além das pessoas idosas, há que considerar também as pessoas que devido aos seus baixos níveis de escolarização não têm formação necessária para usar as TIC.

Neste sentido, o Livro Verde para a Sociedade da Informação em Portugal (1997), que envolve um debate amplo levado a cabo a nível nacional, sob o tema da Sociedade da Informação, pretende sistematizar uma reflexão estratégica e apresentar um conjunto de propostas de medidas conducentes à elaboração de planos de ação. O Livro levanta uma questão primordial: as TIC, apesar de serem consideradas como um motor de desenvolvimento a diversos níveis, podem também fazer aumentar o fosso entre os indivíduos que são capazes de as utilizar e os que não o são. A Sociedade da Informação e do Conhecimento encerra assim, uma potencial contradição, valorizando

por um lado a participação humana nos processos de produção, que transforma o conhecimento e a informação em valor económico; mas por outro lado, vem introduzir a questão da desqualificação dos indivíduos que não detêm os saberes e as competências necessárias para trabalhar e viver nessa mesma sociedade.

O Livro Verde (1997) chama ainda a atenção para questões-chave articuladas com a democracia e com a igualdade, questionando até que ponto a complexidade e o custo das tecnologias poderão fazer aumentar o desnível existente entre as áreas industrializadas e as menos desenvolvidas, entre os jovens e os idosos, entre os alfabetizados e os não alfabetizados. É feita uma chamada de atenção para as causas do fenómeno da exclusão da Sociedade da Informação (infoexclusão), que pode estar relacionada com a falta de capacidade dos indivíduos para a utilização das TIC decorrente das suas aprendizagens anteriores. O termo infoexclusão explicita a impossibilidade de aceder aos meios de informação e o desconhecimento dos mesmos e, segundo Castells (2005), o conceito costuma estar ligado à desigualdade no acesso à Internet.

Assim, para que a informação seja efetivamente consultada e utilizada por todos, torna-se necessário que as pessoas adquiram competências nesta área de modo a poderem ter acesso às TIC, sendo que, se assim não acontecer, estaremos perante um fator de exclusão social e digital, teremos uma população infoexcluída (Livro Verde para a Sociedade da Informação, 1997). A partir da elaboração do Livro Verde (1997), uma das grandes medidas que foi tomada relaciona-se com a criação de condições de acesso às TIC, nas escolas em todos os graus de ensino, nas bibliotecas públicas, nas IPSS, nas associações locais, nas coletividades de cultura e recreio, nas autarquias e numa variedade de outros locais públicos (Ex: Espaços Internet).

As TIC chegaram e instalaram-se definitivamente na nossa vida, influenciando tudo à sua volta, quer ao nível das empresas, quer em todo o nosso quotidiano. Para os mais jovens que nasceram já na época digital, os chamados «nativos digitais», o processo é

muito simples, pois identificam-se sem qualquer problema, com estas ferramentas. Mas, já no que respeita às pessoas mais velhas, têm sido notórias as dificuldades para acompanhar o ritmo imposto por todas as mudanças que as TIC trouxeram. Um dos motivos apontados para esta situação, reside no facto de, no tempo em que estas pessoas estudaram, bastava-lhes saber ler, escrever e efetuar cálculos matemáticos, pois as TIC ainda não estavam incluídas nestas rotinas (Silva, 2008).

As exigências da sociedade atual acrescentaram novas responsabilidades ao ser humano, nomeadamente no seu percurso educativo, numa dimensão especialmente centrada para a “(...) adaptabilidade, empregabilidade e a produção de vantagens competitivas no mercado global (...)” (Lima, 2002, p. 129). Como cada vez mais as tarefas quotidianas são realizadas *online*, todos os indivíduos necessitam de competências digitais para participar plenamente na sociedade. A Internet representa, pois, uma fonte de aprendizagens diversas que deve ser rentabilizada e valorizada na sua dimensão formativa quer seja em contextos formais, não formais ou informais. Viver numa sociedade mediada por tecnologia ao nível social, cultural e económico significa que as pessoas atingidas pela exclusão digital veem reduzida a sua capacidade de participar na sociedade e conduzir os seus destinos de uma forma muito reduzida. O que faz com que, na sociedade atual, a exclusão digital seja uma forma séria de exclusão social (Espanha, 2009).

O conceito de exclusão digital, também conhecido por *digital divide*, *e-exclusion* ou mesmo *infoexclusão*, é amplamente discutido e tem vindo a ser alvo de evolução. Inicialmente ancorado numa visão dicotómica e simplista, de ter ou não ter acesso físico à tecnologia, o conceito tem-se desenvolvido e ponderado outras variáveis como a capacidade de tirar benefícios desse acesso – o uso – remetendo a questão para a problemática da literacia digital, em particular. O termo exclusão digital ou *digital divide* refere-se à diferença entre indivíduos, empresas, regiões e países no acesso e utilização das TIC (Selwyn, 2004a; Barzilai-Nahon, 2006; Yu, 2006; Van Dijk, 2006). O conceito pode ser usado para explicar as diferenças socioeconómicas decorrentes da

utilização das TIC e as características sociais, demográficas e económicas dos utilizadores (Bonfadelli, 2002; Robinson, DiMaggio, & Hargittai, 2003; Vehovar, Sicherl, Husing, & Dolnicar, 2006), permitindo revelar as desigualdades de uma sociedade da informação global. É de salientar que, quer os países desenvolvidos, quer os países em vias de desenvolvimento, investem no reforço de uma sociedade onde as pessoas possam usar as TIC para partilhar informação e conhecimento, para melhorar a sua qualidade de vida e Bem-estar (Vicente & Menéndez, 2006).

De acordo com Wilson (2004), existem oito aspetos que compõem o *digital divide*: acesso físico (a computadores e outros materiais de TIC); acesso financeiro (custos dos serviços de TIC relativamente ao rendimento); acesso cognitivo (competências digitais); acesso ao *design* (usabilidade); acesso ao conteúdo (informação e aplicações relevantes disponíveis); acesso à produção (capacidade de produzir conteúdo); acesso institucional (existência de instituições que permitam o acesso); e acesso político (acesso às instituições governativas). Para Wilson (2004), as variáveis demográficas mais determinantes no acesso à Internet são o rendimento, a educação, a idade, o género e uma localização rural ou urbana.

Para Fuchs (2008), os padrões de estratificação da exclusão digital são, por um lado, hierarquias sociais como a idade, *status* familiar, habilidade, género, origem, etnia, língua e geografia (rural/urbano). Por outro lado, padrões desiguais de acesso material, como capacidade de utilização, benefícios e participação nas TIC. Estes são também resultado da distribuição assimétrica de capital económico, político e cultural. O acesso às TIC é condição necessária para a participação numa sociedade assente na informação e conhecimento enquanto bem universalmente valorizado, cultural, social e economicamente; mas também noutros níveis menos perceptíveis numa primeira análise, nomeadamente no que diz respeito às assimetrias nas condições de acessibilidade, produção e receção de informação.

As literacias, em geral, e a literacia digital, em particular, ou a falta delas, são, concomitantemente com o acesso, centrais quando se trata de exclusão digital. Atualmente quando se refere a literacia, não se aborda esta questão da mesma forma como era abordada antes das TIC terem ocupado um papel central no quotidiano das sociedades atuais. Gilster (1997) define literacia digital como o conjunto de capacidades sociocognitivas mediante as quais se pode selecionar, processar, analisar o processo de transformação da informação em conhecimento. De acordo com Gros e Contreras (2006), a literacia digital é caracterizada pela capacidade para desenvolver o pensamento crítico e elaborar opiniões informadas e fundamentadas a partir da informação *online*; destreza de leitura e de compreensão; capacidades de procura de informação com recurso a diversos motores de busca; consciência das outras pessoas na rede para contactos e debate ou ajuda. Para Livingstone (2004), literacia digital também é a capacidade de aceder, analisar, avaliar e criar mensagens através de uma variedade de contextos. As condições sobre as quais se dá o acesso evoluem continuamente (ao nível de *hardware* e *software*) e necessitam de uma atualização constante, no seio da literacia digital.

Apesar da falta de literacia digital, as pessoas idosas têm demonstrado um grande interesse em adquirir competências digitais com o intuito de interagir nesse novo campo e desfrutar das vantagens que ele proporciona. Uma das conclusões de um estudo realizado por Gomes (2012), revela que a falta de conhecimentos académicos dificulta o acesso às TIC. Uma pessoa com literacia digital terá condições de selecionar e pesquisar informações na *Web*, processar dados, adquirir conhecimento e, mais importante, transmiti-los, fazendo disso um meio para melhorar a sua qualidade de vida (Varela, 2012). Tal como destacam Neves, Amaro e Fonseca (2013), os benefícios socioeconómicos do acesso às TIC pelas pessoas idosas, como a redução do isolamento social e uma melhor vida quotidiana podem ser concretizados através do acesso facilitado a serviços como o de pesquisa, banco e compras através de uma eficaz inclusão digital.

Na questão da inclusão digital da pessoa idosa na utilização das TIC, deve-se estar atento aos obstáculos que se interpõem entre a pessoa idosa e as TIC. Muitas vezes argumenta-se que a pessoa idosa não se apropria corretamente da tecnologia em razão da velocidade vertiginosa com que esta muda e, pela angústia resultante desse movimento tecnológico, acaba desistindo da inclusão (Passerino & Pasqualotti, 2006). A inclusão digital é vista como uma forma de inclusão social, porque por meio das TIC é possível a participação na sociedade através de outras vias de acesso e pelo desenvolvimento social, cognitivo e afetivo que as TIC podem criar nos indivíduos. A inclusão digital proporciona às pessoas idosas a recuperação da autoestima, o exercício da cidadania e a interação social (Pasqualotti, 2008). Para haver uma inclusão digital é necessário a existência de uma política educacional eficaz e eficiente respeitando os direitos da população idosa, dando a esta população maiores oportunidades de formação ao longo da vida bem como favorecer a adoção de condutas resilientes face aos avanços tecnológicos da sociedade digital (Roldão, 2009; Páscoa & Gil, 2014).

Mas a exclusão só acaba no momento em que o utilizador aprende que o computador é um meio de acesso à educação, ao trabalho, ao contacto e troca com a sua comunidade, ao pensamento crítico e ao exercício pleno da sua cidadania. O fim não é disponibilizar tecnologia, mas sim a integração perfeita de indivíduos na sociedade. Assim, a infoinclusão não se restringe ao acesso, à abertura de espaços e instalações de máquinas e conectividade, existem outros componentes neste processo que jamais devem ser perdidos de vista: a educação para o uso efetivo das TIC; a geração de conteúdo; a participação das comunidades e das organizações da sociedade civil na gestão dos espaços públicos e compartilhados para acesso à Internet. Estes poderão ser os pontos principais que viabilizam a democratização da informação e o exercício da cidadania (German, 2000). Para Paiva (2005), uma política de inclusão digital deve ter como objetivos formar pessoas preparadas para a cidadania ativa, capazes de usar as TIC para a transformação sociocultural, económica e política, tornando a Internet um espaço de empoderamento de indivíduos e comunidades, processo que passa

necessariamente pela educação e possibilidade de expressão de cultura e valores locais.

Neste contexto, assume particular importância o desenvolvimento de competências em cidadania, ou cívicas, entendidas enquanto capacidades dos indivíduos para conhecer, fazer e ter uma atitude num contexto determinado de atuação aos níveis social, cultural, político e económico. Situamos, assim, a nossa argumentação na reflexão sobre a necessidade de repensar metodologias e estratégias num novo contexto, reformulando e alargando o âmbito de intervenção social, designadamente, face às questões de participação social das pessoas idosas (Henriques, 2011).

Perante os desafios da sociedade digital, as medidas de envelhecimento ativo são compostas por um conjunto de programas que exigem das pessoas idosas um papel pró-ativo, neste caso particular, programas educacionais, formais e informais. Estes programas estão associados ao conceito de “aprendizagem ao longo da vida” e visam o desenvolvimento pessoal da pessoa idosa. Como exemplo, pode-se destacar: as Universidades Seniores, Escolas Comunitárias e Centros para Idosos. Tais programas têm como finalidade fomentar a participação das pessoas idosas, ampliar os conteúdos programáticos ministrados e assegurar a sua qualidade (Petriz & Norma, 2007).

2.6. Considerações finais

Durante muitos anos a noção de aprendizagem esteve associada à transmissão de conhecimentos e, conseqüentemente a uma mudança de comportamentos. Porém, ao longo da história, diversas correntes de pensamento têm vindo a identificar importantes elementos do fenómeno não contemplados naquela definição e que se tornam mais evidentes quando se fala de formação de adultos. Os adultos processam a informação de forma diferente das crianças e jovens, o conhecimento feito de

experiência vivida, é mais amplo, dessa forma o processo de reestruturar informações torna-se mais complexo, na medida em que a aprendizagem implica uma aplicação prática, o que nos leva a concluir que as metodologias de ensino deste grupo têm de diferir das que se aplicam aos restantes e que a experiência assume um papel muito importante no processo de aprendizagem. Autores como Rogers, Knowles, Freire, Mezirow provaram com os seus estudos esta realidade.

Carl Rogers defendeu que o enfoque da aprendizagem é individual e o processo através do qual os indivíduos passam para a sua aquisição é mais importante que os conteúdos da aprendizagem. Para Knowles, a andragogia é a arte e a ciência de ajudar os adultos a aprender. Paulo Freire defendeu uma educação de adultos libertária e emancipatória, que crie situações de indagação crítica, impulsionadoras de práticas de liberdade, transformadoras da sociedade e que diminuíssem as desigualdades. Mezirow contribuiu para o campo da aprendizagem dos adultos com a teoria da aprendizagem transformadora, na qual o desenvolvimento dos adultos envolve um tipo de aprendizagem que surge através das experiências de vida em que o contexto sociocultural é muito valorizado.

A Gerontagogia é um campo interdisciplinar que se desenvolve no âmbito da evolução da educação das pessoas idosas, da formação de recursos humanos para lidar com a velhice, e na mudança das perspetivas das sociedades em relação aos cidadãos idosos e ao envelhecimento. Atualmente, têm surgido novos paradigmas educacionais para adultos que se baseiam numa educação interativa, participativa e intergeracional. Estas orientações educacionais têm como objetivo primordial consciencializar a pessoa idosa para o protagonismo no seu processo formativo, para que este seja vivido com o máximo de autonomia e dignidade.

A educação e formação são as principais fontes de construção de capital humano, sendo necessário investir em políticas de orientação para a formação. Neste contexto, o Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida sugere uma estratégia global e

coerente de aprendizagem ao longo da vida para a Europa que deverá ter como principais objetivos providenciar oportunidades de formação ao longo da vida tão próximas quanto possível dos aprendentes, nas suas próprias comunidades e apoiadas, se necessário, em estruturas TIC. Os eixos mais significativos da formação ao longo da vida são: produção, divulgação e utilização de conhecimento em que a sua relação com a participação social é fundamental.

Em relação ao contexto político para a inclusão digital, a UE em geral e Portugal em particular têm vindo a estar presente em todas as iniciativas no que respeita às questões que envolvem as pessoas idosas e as TIC. Refere-se a preocupação em implementar intervenções que incluam a população idosa na sociedade digital de modo a que a percentagem de infoexcluídos seja minimizada. Neste sentido, várias iniciativas têm surgido que demonstram a atenção dos vários Governos Constitucionais em desenvolver políticas em prol da inclusão digital das pessoas idosas.

Atualmente o conceito de globalização surge associado à expansão e popularização das TIC por todo o mundo, a própria evolução da Internet tem-se verificado ao longo dos anos, dando lugar à designada *Web 2.0* ou *Web social*, sendo esta uma nova dimensão coletiva de partilha de conhecimento, permitindo estreitar distâncias, sendo os blogues, os *fóruns*, o correio eletrónico e as redes sociais digitais exemplos deste tipo de plataforma inseridas na Sociedade da Informação e do Conhecimento.

A Sociedade da Informação e do Conhecimento poderá ter o seu lado negativo pois existem pessoas que não conseguem utilizar/acompanhar os serviços disponíveis por esta sociedade. Neste grupo encontram-se as pessoas com mais idade, que se encontram excluídas da Sociedade da Informação e do Conhecimento, surgindo a infoexclusão que poderá originar uma exclusão social. A exclusão só termina quando as pessoas se consciencializarem que as TIC são um meio de acesso ao exercício da cidadania, mas para isso é necessário investir na educação para o uso efetivo das TIC.

CAPÍTULO III: A RELAÇÃO DA PESSOA IDOSA COM A APRENDIZAGEM DAS TIC

O Capítulo III tem como finalidade abordar a relação da pessoa idosa com a aprendizagem das TIC. Inicia-se por fazer referência ao perfil da pessoa idosa utilizadora das TIC (3.1.). De seguida, é realizado um enquadramento das TIC no processo de envelhecimento (3.2.) onde se apresenta os potenciais benefícios das TIC para as pessoas idosas (3.2.1.) e os potenciais obstáculos das TIC para as pessoas idosas (3.2.2.). Posteriormente, indica-se algumas considerações sobre a formação em TIC (3.3.), sobre a relação intergeracional (3.4.) e sobre a representação das TIC aliada à pessoa idosa na nova Política Social (3.5.). Finaliza-se o capítulo com as Considerações finais (3.6.).

3.1. Perfil da pessoa idosa utilizadora das TIC

O progressivo processo de envelhecimento global a que se tem vindo a assistir e que já foi mencionado, com particular incidência nos países mais desenvolvidos e com melhores níveis socioeconómicos, tem também uma relação direta com os valores e níveis de infoexclusão associados a determinados grupos de risco onde se incluem as pessoas idosas. Embora seja de extrema importância estudar os efeitos do envelhecimento enquanto obstáculo à utilização das TIC, é de igual relevância conhecer o perfil sociográfico e educacional das pessoas idosas.

Os resultados de um estudo elaborado por Espanha (2011), mostram que a sociedade portuguesa, é particularmente ilustrativa do fosso entre novos e mais velhos quanto à posse de recursos escolares, redes de sociabilidade, recursos financeiros e, como consequência de *status*. Deste modo, foram definidos nesse estudo quatro perfis sociográficos quanto à utilização da Internet em Portugal: perfis “não relação com a Internet”, “relação habitual”, “infoexclusão” e “relação diária”.

O perfil *não relação com Internet* representa a situação mais frequente em Portugal, com 33,7%. É constituído maioritariamente por indivíduos dos 45 aos 64 anos, com escolaridade até ao segundo ciclo do ensino básico, conhecimentos insuficientes de línguas estrangeiras e com rendimento entre 501€ e 1000€. Este grupo engloba pessoas desempregadas, domésticas e trabalhadores independentes, principalmente pequenos comerciantes. Este perfil aponta para situações em que a existência da Internet responde à necessidade de utilização por parte de outros elementos do agregado familiar, existe Internet no domicílio sem que estes indivíduos a saibam utilizar, precisando de ajuda na sua utilização mesmo que de forma esporádica.

O perfil *relação habitual* com a Internet é o segundo mais representativo, com 29,2%. Compreende os utilizadores que, com idade entre os 25 e os 44 anos, utilizam a Internet duas a três vezes por semana. São indivíduos que concluíram a escolaridade

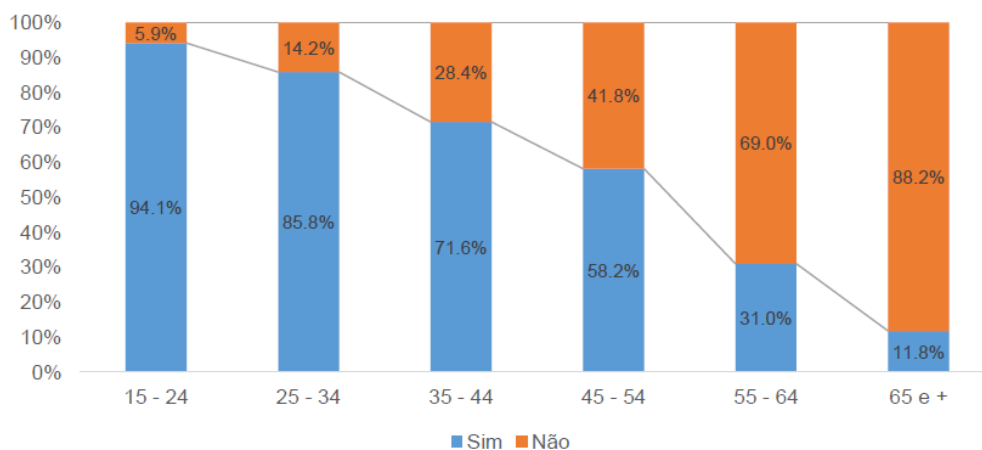
mínima obrigatória e que trabalham, maioritariamente, na área administrativa, comércio e serviços pessoais e domésticos, com rendimento familiar entre os 1001€ e 1500€.

O perfil *infoexclusão* representa um dos dois perfis extremos na distribuição com 21,6%. É constituído por operários ou assalariados agrícolas e agricultores independentes, sem qualquer contacto com a Internet, nem experiência na sua utilização. É composto por indivíduos mais velhos, reformados, sem frequência de qualquer nível de ensino e apresentando menores rendimentos do agregado familiar.

No outro extremo da distribuição está o perfil *relação diária* com a Internet, com 15,5%. A menor parcela da população nacional é definida pelas classes sociais mais elevadas, com níveis elevados de recursos financeiros e de escolaridade completos, assim como pelos indivíduos mais jovens. Parte deste perfil é constituído por estudantes, sendo que, a utilização da Internet é maioritariamente feita em casa e apresentando os indivíduos domínio fluente de línguas estrangeiras (Espanha, 2011).

Tal como se sugeria no estudo de Espanha (2011), estatisticamente, os dados avançados pela OberCom (2014) apresentados no **Gráfico 3.1**, mostram também que a utilização da Internet tem tendência a diminuir no sentido inverso à idade.

Gráfico 3.1: Utilização de Internet (%) por escalão etário. Portugal, 2013



Fonte: OberCom (2014)

A idade é, com efeito, um fator muitas vezes referenciado na diferenciação entre utilizadores e não-utilizadores de Internet, sendo que, quanto maior é a idade dos indivíduos, mais elevada tende a ser a taxa de não utilização. O **Gráfico 3.1**, mostra precisamente, esse panorama, em Portugal, em 2013: entre os inquiridos que têm entre 15 e 24 anos, a taxa de utilização é de 94,1%, enquanto que entre os inquiridos mais velhos, com 65 e mais anos, essa taxa baixa drasticamente para os 11,8%. O efeito em escada, graficamente exemplificado, é reflexo de um paradigma de utilização demográfico da Internet mas que tenderá, a médio/longo prazo, a ser eliminado pela própria renovação geracional da sociedade portuguesa, dado que os indivíduos nascidos em ecossistemas informacionais tendem a ser utilizadores ávidos de novos *media*, práticas que continuam, no entanto, a ser potencialmente afetadas pelas suas condições socioeconómicas.

De acordo com os resultados da edição de 2015 do «Inquérito à Utilização de Tecnologias da Informação e da Comunicação pelas famílias» (INE, 2015b), 70% das famílias portuguesas têm acesso à Internet em casa, a maioria em banda larga. Em 2015, 7 em cada 10 pessoas com idade entre 16 e 74 anos ligaram-se à Internet, sendo a utilização do computador e da Internet mais frequente por pessoas até aos 44 anos, para os homens e para quem completou o ensino secundário ou superior.

Através da análise dos dados da **Tabela 3.1** as pessoas com idade superior a 65 anos são as que utilizam menos o computador e Internet, 98% das pessoas que completaram o ensino superior utilizam computador e Internet, proporção que se reduz para 50% ou menos quando as pessoas não concluíram mais do que o 3.º ciclo do ensino básico. Por referência à condição perante o trabalho, são os estudantes que mais utilizam as TIC: todos os estudantes utilizam o computador e Internet. Com proporções superiores à média nacional, destaca-se o grupo dos empregados, em que 81% utiliza, em iguais proporções, computador e Internet. O grupo dos inativos, onde se incluem os reformados são aqueles que utilizam menos o computador e Internet, com uma proporção de 34% para utilização do computador e 32% para a utilização da

Internet. Pode-se então verificar que a idade, a escolaridade e a situação profissional caracterizam o perfil das pessoas que utilizam o computador e Internet.

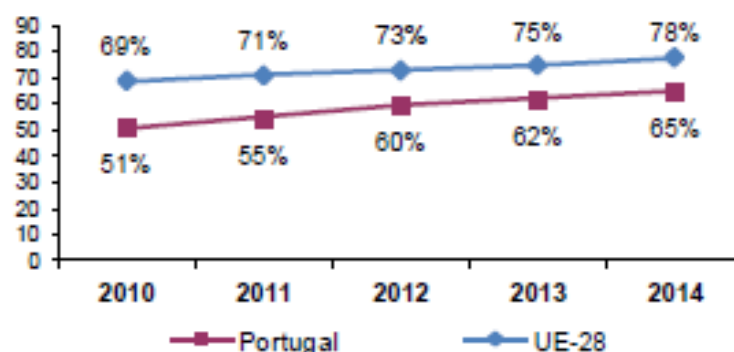
Tabela 3.1: Perfis (%) de pessoas entre (16-74 anos) que utilizaram computador e Internet. Portugal, 2015

	Computador %	Internet %
Total	69	69
Sexo		
Homens	73	72
Mulheres	66	66
Escalões etários		
16 a 24 anos	98	99
25 a 34 anos	94	95
35 a 44 anos	87	88
45 a 54 anos	65	65
55 a 64 anos	45	42
65 a 74 anos	29	27
Nível de escolaridade		
Até ao 3º Ciclo	50	49
Ensino secundário	96	96
Ensino superior	98	98
Situação Profissional		
Empregado	81	81
Desempregado	69	67
Estudante	100	100
Outros inativos	34	32

Fonte: INE (2015b)

Entre 2010 e 2014 a proporção de pessoas que utilizam a Internet em Portugal apresentou uma trajetória de aproximação à média da UE28, com um distanciamento que tem vindo a reduzir-se (de 18 pontos percentuais em 2010 para 13 pontos percentuais em 2014) (**Gráfico 3.2**).

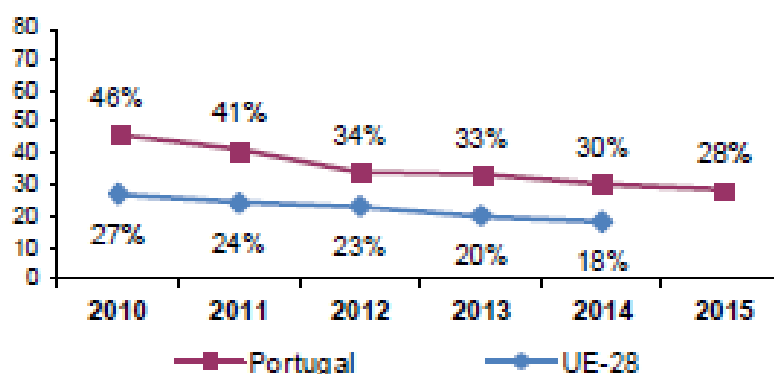
Gráfico 3.2: Proporção (%) de pessoas (16-74 anos) que utilizaram a Internet. Portugal e UE28, 2010/2014



Fonte: INE (2015b)

Por outro lado, reduziu-se a proporção de pessoas que nunca utilizaram a Internet (menos 16 pontos percentuais entre 2010 e 2014), em ritmo mais acentuado do que o registado na UE28 (menos 9 pontos percentuais). Contudo, em 2014 mantinha-se uma proporção de não utilizadores de Internet em Portugal (30%) bastante superior à verificada na média europeia (18%) (**Gráfico 3.3**).

Gráfico 3.3: Proporção (%) de pessoas (16-74 anos) que nunca utilizaram a Internet. Portugal e UE28, 2010/2014



Fonte: INE (2015b)

A população idosa é, por isso, um dos grupos onde se podem encontrar fortes incidências da exclusão digital. Mas, será a idade um fator de exclusão digital? Loos (2012), defende que não é apenas a idade, mas também as fases da vida, a socialização e as limitações funcionais relacionadas com a idade, que desempenham um papel determinante neste fenómeno. Este autor questiona a visão das pessoas idosas como um grupo heterogéneo, sendo que as diferenças individuais aumentam quando aumenta a idade das pessoas. Admite, no entanto, que é clara a tendência para a população envelhecer e para os países se tornarem mais digitalizados. Mas acredita que o problema é, acima de tudo, um problema de literacias. De facto, na sociedade portuguesa, as gerações mais velhas estão fortemente associadas a um baixo nível de literacias. Portugal tem no contexto europeu, e também por referência aos países da OCDE, uma das mais elevadas taxas da população adulta com níveis de escolaridade abaixo do ensino secundário (Ávila, 2008).

Existem já alguns estudos e iniciativas que apontam caminhos promotores da utilização das TIC entre as pessoas idosas. Esta situação foi em parte impulsionada pelo aumento do número de pessoas idosas que têm demonstrado interesse em utilizar as TIC (Czaja & Lee, 2007; Malta, 2008). Um estudo realizado entre 2002 e 2007 pela Senior Watch (2008), entre a população idosa de cinco países da UE, demonstrou que a utilização da Internet por esta população tem vindo a aumentar. Por outro lado, este mesmo estudo revelou que os fatores que mais contribuem para o acesso/utilização da Internet, para além da idade, se repartem por variáveis como o género, o grau de escolaridade, a profissão e o rendimento.

Num outro estudo apresentado pela Eurostat (2006) – *Community Survey on ICT in Households by Individuals*, revelam-se dados mais detalhados relativamente aos níveis de literacia digital, onde são incluídos todos os cidadãos de acordo com as variáveis género, idade, habilitações académicas, situação face ao emprego. Neste contexto, são os grupos com mais baixos níveis de habilitações académicas, os desempregados, os aposentados e as pessoas idosas, que apresentam os valores mais elevados de infoexclusão.

A partir dos dados recolhidos por este inquérito, a comparação dos grupos de cidadãos pouco difere nos valores quando se compara a variável «Internet» com a variável «Computador», apesar de serem ligeiramente mais positivos nesta última para todos os grupos considerados. Em termos gerais, as competências digitais dos cidadãos ainda são muito baixas. Mas os valores são «alarmantes», quando se analisam os grupos já identificados como sendo os grupos infoexcluídos, correspondentes a uma fraca literacia digital. Nesta categoria, estão incluídas as pessoas idosas, que são sem sombra de dúvida, o grupo que apresenta piores resultados, que são tanto mais negativos quanto mais idosos são os cidadãos, situação corroborada por outro estudo realizado pelo Eurostat (2011).

Estes dados são congruentes com outros estudos (por exemplo, Fundação Getúlio Vargas (FGV) 2012; Neves, Amaro, & Fonseca, 2013; Gil, 2015), em que o grupo de cidadãos com 65 e mais anos é aquele que apresenta uma menor percentagem de utilização das TIC. As razões apontadas nestes estudos para a não utilização do computador e Internet é a falta de conhecimentos e de interesse e, talvez em consequência deste facto, a não necessidade do uso destes dispositivos. Outras razões apontadas são a idade, o custo dos equipamentos digitais e o facto de não se possuir um computador, razões que são corroboradas também por outros estudos (Garcia, 2001; Ávila, 2008; Loos, 2012).

Estes dados são muito penalizadores para a sociedade do conhecimento que se pretende inclusiva e universal no âmbito das TIC. Para que a inclusão das pessoas idosas seja feita da forma melhor e mais rápida possível, Gil e Amaro (2011a), sugerem a tomada de medidas que tenham um foco nas pessoas idosas no que respeita à aquisição de competências digitais, atendendo a que assim poderão melhorar as suas condições de vida e promover um envelhecimento ativo. Contudo, Gil e Amaro (2011a), referem ainda que para as pessoas idosas as TIC ainda são complexas, pois não se sentem completamente à vontade neste domínio, até porque existe a ideia de que as questões relacionadas com as TIC são apenas para os jovens, visto que os mais

velhos, mesmo ainda enquanto trabalhavam, não conviveram com as TIC, que estavam ainda em fase de desenvolvimento. É reiterada a ideia de que as TIC devem aproximar-se mais das pessoas idosas, pensando nas suas necessidades e terá de haver formação adequada para este público que passará a fazer parte da sociedade digital. Em vez de se tentar modificar as pessoas idosas, estas é que devem ser envolvidas para modificarem as TIC.

A forma como o ciclo de vida decorre não se encontra harmonizada com a evolução física e mental dos indivíduos, o que faz com que, ao longo da carreira profissional, as atividades profissionais requeridas se tornem-se rotineiras, enquanto os indivíduos se vão modificando, tornando as pessoas idosas cada vez mais dispensáveis. Por isso, Rosa (2012), defende que se deve passar a valorizar o conhecimento em detrimento da destreza ou capacidade física, pois as pessoas idosas, em particular, possuem um nível de conhecimentos e de experiências de vida acumuladas que deverão e terão que ser incorporadas e valorizadas. O conhecimento é um bem social independente da idade, género e estado civil, é um bem que deve ser partilhado numa lógica de sucesso coletivo, onde todos possam beneficiar com todos. É neste contexto, de aprendizagem ao longo da vida, com influencia de algumas variáveis que as TIC podem vir a proporcionar a diferença pela sua enorme facilidade de intervenção nesta sociedade digital (Gil, 2011).

3.2. Enquadramento das TIC no processo de envelhecimento

Na sociedade contemporânea a socialização incorpora as relações produzidas pela rede de interconexões de pessoas mediadas pelas TIC. A população de modo geral está carente de recursos técnicos e educacionais para enfrentar e lidar com um futuro que caminha na ambiguidade do local e global, do espaço físico e virtual. A nova geração é introduzida nesse universo dos ícones, imagens, botões e teclas desde o nascimento e, por isso, a sua intimidade com as TIC ocorre numa relação de identificação e fascinação.

A geração das pessoas idosas, contudo, tem revelado dificuldades em entender a nova linguagem e em lidar com os avanços tecnológicos, até mesmo nas questões mais básicas, tais como, eletrodomésticos, telemóveis, caixas multibanco, o que, consequentemente, aumenta o número de infoexcluídos. O analfabeto do futuro será o indivíduo que não souber ler a nova linguagem gerada pelas TIC (Pretto, 1996). Na opinião de Hazzlewood (2000), existe uma clara e muito próxima relação entre o processo de envelhecimento e as TIC, uma vez que o aumento da população idosa vai promover, consequentemente, um maior interesse relacionado com a aprendizagem ao longo da vida através da utilização das TIC.

A presente Sociedade da Informação e do Conhecimento é, ao mesmo tempo, uma sociedade do envelhecimento e, por esse facto, a aquisição de competências digitais não tem apenas como consequência permitir aceder às TIC, mas também e, fundamentalmente, incrementar a sua independência e, desta forma melhorar a sua autoestima e Bem-estar (Selwyn, Gorard, Furlong, & Madden, 2003b). Para estes autores, algumas das razões que são apontadas para este facto, compreendem as seguintes dimensões:

- As TIC podem ser consideradas intergeracionais porque são capazes de interagir positivamente com todos os cidadãos, independentemente da sua faixa etária;
- Conseguem fazer uma cobertura em todos os aspetos sociais pela sua capacidade de poderem apoiar e auxiliar qualquer cidadão;
- São pluralistas e permitem a interação e a comunicação estreitando os laços entre os cidadãos, entre as instituições e permitem ainda uma intervenção mais ativa e cívica.

É relevante investigar quais as abordagens adequadas para introduzir as pessoas idosas no universo das TIC e construir estratégias metodológicas educacionais para preparar a população idosa (ativa ou aposentada) no domínio operacional dos recursos computacionais. Porém, a apropriação da aprendizagem das TIC a este público-alvo,

engloba alguns aspetos e especificações articulados entre si. Neste sentido, destaca-se a componente operacional do computador (*hardware*: monitor, rato, teclado e *software*: processador de texto, *homepage* e ajuda *online*) e aplicações da Internet que integram a dimensão da comunicação, pesquisa e entretenimento como está patente na **Figura 3.1**, que mostra um mapa conceptual da nossa autoria sobre a aprendizagem das TIC.

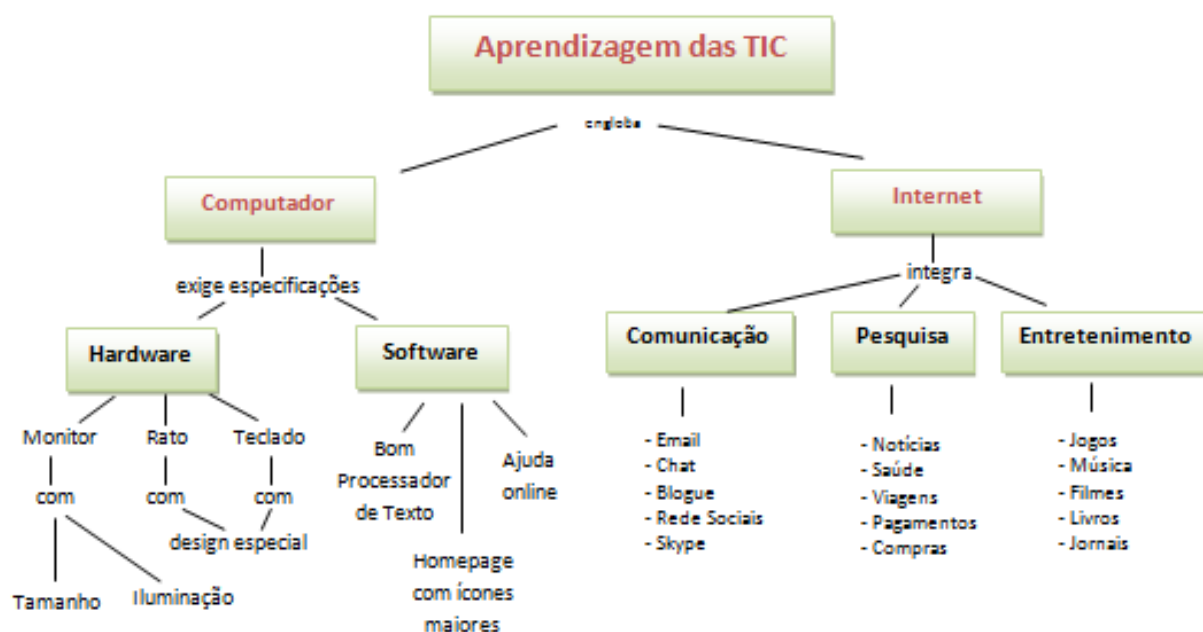


Figura 3.1: Mapa conceptual da Aprendizagem das TIC

A sociedade globalizada é caracterizada por uma maior acessibilidade à informação e pelo uso ativo nas diferentes vivências, mostrando que a pessoa idosa tem ampliado o seu universo de oportunidades e conscientização e, com isso, o sedentarismo, a acomodação, a fadiga, a tristeza, a indisposição, a solidão, a depressão têm sido reduzidas. A inclusão da pessoa idosa nesta sociedade exercendo a sua cidadania, detentora de direitos no próprio processo de envelhecimento e velhice garante-lhe melhor qualidade de vida (Gáspari & Schwartz, 2005). As TIC surgem, então, como contributo na redução do isolamento, na estimulação cognitiva, no Bem-estar da pessoa idosa, podendo também facilitar o processo de comunicação com parentes ou amigos, estimulando, dessa maneira, as relações interpessoais (Kachar, 2001) ou mesmo promovendo encontros geracionais na *Web*.

Diversas pesquisas (Xavier et al., 2004; Dickinson & Gregor, 2006; Sales, 2007; Czaja & Lee, 2007) enfatizam que as pessoas idosas interessam-se em aprender TIC e consideram esta aprendizagem positiva. Esta aprendizagem oferece melhoria no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social», nomeadamente uma melhor eficácia nas aptidões intelectuais, na memória, aumento da confiança e autoestima. Alguns estudos (White et al., 2002; Ford, G., & Ford, S. G., 2009; Páscoa & Gil, 2012c) relatam que a inclusão digital levou à redução do sentimento de isolamento social, solidão e depressão entre as pessoas idosas que aprenderam a utilizar as TIC e que ocorrem mudanças positivas no estado emocional, quando estes percebem que estão 'inseridos tecnologicamente' (Pasqualotti, Barone, & Doll, 2007).

3.2.1. Potenciais benefícios das TIC para as pessoas idosas

A maioria das pessoas mais velhas acredita nos benefícios das TIC (Morris, 1994) e utiliza-as para pesquisar, comunicar e em atividades de lazer. Estas tecnologias oferecem um potencial para melhorar a sua qualidade de vida. Neste âmbito, Gil (2012) refere que a utilização das TIC surge quer como uma ferramenta colaborativa, permitindo a criação de espaços de comunicação e interação, quer como uma forma da pessoa idosa resolver uma situação-problema. Para Gamberini et al. (2006), as TIC permitem um contacto mais fácil entre familiares e amigos e, vêm proporcionar condições para uma maior segurança a todos os níveis pelo apoio que podem facultar.

Este apoio é tanto mais importante para quem estiver mais isolado e vem contribuir para facilitar a vida das pessoas que têm dificuldade ou dependem de outros para se deslocarem, como efeito, a possibilidade de se poder dar um apoio emocional via *online* representa uma enorme vantagem das TIC, pelo facto de proporcionar um sentimento de um maior Bem-estar. Esta função das TIC é geralmente designada por *tecnologia assistiva*, incluindo nesta designação qualquer dispositivo digital que possa aumentar, manter ou melhorar o desempenho de um indivíduo que apresente algum tipo de limitação, com vista a um reforço das suas relações interpessoais, numa melhor

comunicação com os demais (Gil, 2015). O enquadramento das tecnologias assistivas, para o caso específico das pessoas idosas, desde a conceção, ao desenvolvimento e implementação, deve ser contextualizado salvaguardando o Bem-estar e segurança destes cidadãos, de modo a ajudar a promover um envelhecimento mais adequado e participativo (Gil & Vieira, 2013).

A participação social é muito procurada pelas pessoas idosas, sendo as atividades de comunicação uma vertente que apresenta muita expressão e utilização na Internet por este grupo etário. Várias investigações mostram que as preferências de utilização das TIC pelas pessoas idosas são o uso de *email*, videoconferência (Skype) e redes sociais digitais, nomeadamente o Facebook (Machado & Souza, 2006; Kreis et al., 2007; Senior Watch, 2008; Mortari, 2011; Neves & Amaro, 2012; Dias, 2012; Páscoa, 2012; Gomes, 2014; Sales et al., 2014; Gil, 2015). A comunicação através do *email* é apresentada como um aspeto vantajoso que vem proporcionar um contacto mais estreito com familiares e amigos, de uma forma informal, com custos relativamente baixos e que não exige uma resposta imediata.

O correio eletrónico – *email* - é entendido como uma forma ‘apenas’ complementar de poder comunicar com os outros (Dickinson & Hill, 2007); contudo Crossan, Martin e Whittaker (2001), propõem que quer o *email*, quer a comunicação *online* podem e devem servir para mais coisas para além da comunicação com os outros, por exemplo, para recolher informações sobre assuntos das suas áreas de interesse e para poder interagir de forma direta com os serviços bancários, com a administração pública e com o comércio eletrónico (Ex: *e-banking*, *e-government*, *e-commerce*).

Com o desenvolvimento das TIC (Cziko & Park, 2003; Hu, Wood, Smith, & Westbrook 2004; Boyd & Ellison, 2007; Kim, Kim, Park, & Rice, 2007; Xie, 2008), o aumento da banda larga e diminuição dos preços (tanto de *software* como *hardware*) (Cziko & Park, 2003; Levy & Stockwell, 2006), os modos mais recentes de comunicação mediada por computador, como o *chat*, as mensagens instantâneas, os jogos 3D *online* e os *sites* de redes sociais, como o Facebook, permitem a troca não só textual como áudio

e/ou visual. De acordo com Yanguas (2010), o Skype, um programa fundado em 2003, é uma plataforma digital muito utilizada, em particular pelas pessoas idosas, para chamadas de vídeo, especialmente com familiares distantes do ponto vista geográfico.

Tal como referem Rogers e Fisk (2006), existem várias contribuições de estudos que destacam o uso e as preferências das TIC disponíveis na *Web* pelas pessoas idosas e os resultados indicam as atividades preferidas através do *email*, para além da comunicação são: ler e encaminhar mensagens, poesias, notícias, piadas, imagens da natureza, lugares históricos e pontos turísticos para os familiares e amigos. Em seguida, surge a utilização de videoconferência, o uso de mensagens instantâneas em texto, por voz e vídeo e a utilização das redes sociais digitais; muitas pessoas idosas possuem perfil nestas redes virtuais, onde o Facebook se destaca como a rede social digital de eleição deste grupo etário (CGI.br, 2012; Varela, 2012; Santos, 2013; Sales et al., 2014; Páscoa & Gil, 2015b). Na opinião de Dickinson e Gregor (2006), Harley e Fitzpatrick (2008) e Amaro e Gil (2011a), o incentivo a um maior envolvimento social das pessoas idosas é um aspeto a promover, chegando mesmo a admitir que a presença de uma pessoa idosa numa comunicação *online* tem um impacto muito positivo para toda a comunidade (jovens e mais idosos).

Ter condições para acompanhar o avanço tecnológico e a realidade das gerações atuais, pode ser, para as pessoas idosas, um modo de não serem vistos como indivíduos ultrapassados e inativos. As TIC ampliam as possibilidades de relação com o mundo globalizado, permitem o consumo, a obtenção de informação e a interação com outras pessoas. A facilidade de aceder a informações sobre saúde, turismo, *sites* de redes sociais, *email*, *chat*, conta bancária, de fazer pesquisas, ou comprar pela Internet, pode ser essencial na vida das pessoas idosas, principalmente para aqueles com algum tipo de dificuldade de mobilidade, limitações físicas, motoras, cognitivas, auditivas e visuais, dependência de outras pessoas para a realização de tarefas diárias. Além disso, como refere Rebelo (2013), muitas pessoas idosas que frequentam uma formação em TIC estão distantes das carreiras académicas, das atividades profissionais, enfim, de ações que estimulem a componente cognitiva. Para eles, o

computador e a Internet pode fornecer oportunidade de exercitarem as atividades intelectuais, atingindo a memória e o raciocínio lógico e abstrato, adquirindo informações e experiências que fomentem a construção de novos conhecimentos.

Ao envelhecer, as pessoas passam a ter algumas necessidades que surgem em função de certos declínios decorrentes da idade, que podem causar a redução da memória a curto prazo, ou a capacidade de manter a atenção, a acuidade visual, a audição, a motricidade fina e a locomoção, entre outras (Sales & Cybis, 2003). Existe alguma tendência em desvalorizar as experiências adquiridas pelas pessoas idosas durante o seu processo de envelhecimento. Esta percepção é muitas vezes associada à descrição das pessoas idosas como tendo tecnofobia, isto é, medo das tecnologias. Esta caracterização pode estar relacionada com o facto das pessoas idosas serem o grupo etário em menor proporção na utilização do computador e Internet, mas também pode estar relacionada com um preconceito ou estereótipo.

Pode-se encontrar evidências desse estereótipo na cultura popular, entre uma infinidade de desenhos animados para comerciais e vídeos, onde as pessoas idosas a utilizarem computadores são ridicularizadas (Cuddy, Norton, & Fiske, 2005). Esse preconceito contra as pessoas idosas, ou preconceito de idade – *Ageism* – conforme definido por Butler (1969), tem consequências sociais, culturais e económicas, uma vez que estigmatiza e discrimina as pessoas idosas. Ele cria uma visão patológica destes cidadãos, que sugere inferiorização; não sendo portanto, estranho notar que o preconceito de idade também afete o mundo digital.

Neste particular, Hazzlewood (2000), Fox (2004) e Amaro e Gil (2010), são de opinião que esta assunção é errada e que se trata de um mito que se gerou em torno das pessoas idosas, e que pode ter como consequência a privação destes cidadãos de novas oportunidades e experiências de vida. Do mesmo modo, Boulton-Lewis, Buys e Lovie-Kitchin (2006) e Gil e Amaro (2011b), realçam a importância das experiências vivenciadas e das competências adquiridas pelas pessoas idosas junto dos mais jovens, numa forma de as poder complementar em relação às TIC e respectivas valências.

Como refere Kachar (2003), passou a existir uma ‘relação conflituosa’ pela complexidade e desconhecimento dessas tecnologias. Pois, como é afirmado por Vygotsky (1996), é necessário considerar o meio social onde o indivíduo se encontra, e, no caso destes cidadãos as tecnologias não constituíam uma realidade no seu quotidiano. Para Kachar (2003), perante a aposentação, a pessoa idosa está num processo de mudança e aprendizagem ao tomar contacto com novas situações, novas oportunidades e também com novos obstáculos. Neste processo, tem-se verificado que para aquelas pessoas idosas que apresentam algum interesse nas tecnologias e que têm mais elevados níveis de escolaridade existe uma maior predisposição para a aprendizagem. Por outro lado, as pessoas idosas que têm uma relação mais afastada da educação, mas que possuem uma relação mais próxima com as tecnologias, apresentam uma atitude que se tem mostrado capaz de reduzir as barreiras associadas à aprendizagem.

Na atual sociedade o processo de aprendizagem modificou-se passando-se de um processo de aprendizagem que era mais solitário e/ou individual para um processo cada vez mais interativo e colaborativo. As TIC cada vez mais estão sendo introduzidas em meio laboral e em meio social, o que vem reforçar a necessidade de todos os cidadãos adquirirem competências digitais para delas poderem usufruir e para poderem ter uma adequada inclusão social: infoinclusão. Neste sentido, Prensky (2001), Xie (2008), Ala-Mutka et al. (2008) e Gil (2013), reforçam a necessidade de estimularem as pessoas idosas para uma aprendizagem ao longo da vida, em particular, das TIC, pelo motivo de não terem tido uma grande exposição a estas enquanto cidadãos ativos.

3.2.2. Potenciais obstáculos das TIC para as pessoas idosas

Parece existir uma opinião generalizada que as pessoas idosas não se sentem muito próximas das TIC pelo facto destas não terem tido uma grande utilização das mesmas

enquanto desenvolveram as suas atividades laborais. Deste modo, é estabelecida uma relação direta entre «tecnofobia» e as pessoas idosas. Todavia, tal como é afirmado por Dickinson e Hill (2007), o que se passa é que entre as pessoas idosas instalam-se níveis elevados de ansiedade, quando se trata das TIC, mas esta ansiedade não é consequência de uma atitude de tecnofobia, antes tem como origem uma falta de conhecimentos, ou melhor, de competências/literacia digital.

Uma outra causa, de acordo com Hazzlewood (2000), pode estar relacionada com uma formação prestada onde se sobrevalorizam os aspetos técnicos por razões associadas ao tipo de *hardware* utilizado ou pelo *software* com características habitualmente designadas de serem pouco intuitivas ou '*friendly*'. A forma como as tecnologias são concebidas e desenhadas não tem em mente a diversidade social, nomeadamente as limitações funcionais de muitas pessoas idosas. Neste sentido Norris (2001), conota as pessoas idosas de «*age-restricted users*». É por isso que se destaca a importância de ter em mente as possíveis limitações funcionais destes «*age-restricted users*» na altura de pensar o *design* das tecnologias digitais.

Outras razões são também acrescentadas, quando se associam as TIC às pessoas idosas, em que há de um modo geral, uma opinião consensual que relaciona as principais barreiras ou obstáculos com alguns fatores, designadamente:

i) Problemas inerentes ao processo de envelhecimento. Estes problemas estão relacionados com perdas de faculdades físicas, motoras, mentais e/ou cognitivas. Como resultado do processo de envelhecimento, Jones e Bayen (1998), Hazzlewood (2000) e Harley e Fitzpatrick (2008), associam este problema à diminuição de interações sociais o que leva a um declínio dos seus padrões de qualidade de vida e a um maior isolamento. Geralmente, o declínio associado ao processo de envelhecimento, faz com que a utilização dos dispositivos digitais tenha que ter uma grande flexibilidade e abrangência capaz de poder dar uma resposta adequada a uma multiplicidade de necessidades (Selwyn et al., 2003b; Goodman-Deane & Keith, 2008; Eggermont & Vandeboosch, 2010). As principais perdas das pessoas idosas reportam-se

à acentuação das dificuldades cognitivas, da memória, perdas na audição e na visão, tremores generalizados, o que vem tornar mais difícil a manipulação de dispositivos digitais (Bean, 2004; Zaphiris & Kurniawan, 2007). Estas dificuldades relacionam-se essencialmente com a utilização do rato, do teclado e monitor.

Segundo Kachar (2003), a coordenação viso-motora com o rato é a primeira dificuldade que aparece na interação com o computador. Geralmente, as pessoas idosas olham para onde precisam clicar só depois olham para o rato, não conseguindo manter o olhar no ecrã, enquanto movimentam o rato. Acontece também posicionarem os dedos de maneira errada, apertarem os dois botões ao mesmo tempo ou o botão direito, ao invés do esquerdo. Outra dificuldade prende-se com é o «duplo clique», num tempo que não respeita a velocidade necessária. O estado emocional inicial interfere na interação com o computador, de que o rato é o principal canal de relação.

As mãos suadas, tensas e os dedos pesados aparecem no toque e pressão das teclas fazendo com que a mesma letra apareça mais de que uma vez e prolongando o tempo para encontrar a tecla que procuram. A não-familiaridade com o teclado/teclas bem como o estado de ansiedade expresso na tensão dos dedos e nas mãos é a principal dificuldade de interação com o teclado do computador. Neste domínio, existe alguma confusão com algumas teclas e, o facto destas apresentarem funções semelhantes gera confusão. A memória, atenção e, talvez, a lateralidade são os responsáveis por esta dificuldade.

As condições da visão interferem na leitura do monitor enquanto que, o tamanho pequeno e a quantidade de ícones interferem na aprendizagem das pessoas idosas. Outra dificuldade associada a esta é a interpretação e descodificação dos ícones. Além disto, os muitos recursos disponíveis nos ecrãs criam um ambiente ‘poluído’ de informação aos olhos das pessoas idosas e estas têm dificuldade em lidar com muitas informações ao mesmo tempo.

O computador possui uma dinâmica que é peculiar ao seu funcionamento. Nele encontram-se velocidade e instabilidade, das janelas que se abrem e se fecham, das letras que surgem e se apagam num toque descuidado. Um clique fora do local exato pode ativar outros recursos. A pessoa idosa tem que apreender a velocidade da máquina, o que implica entrar numa outra dimensão de tempo e instantaneidade. Outras dificuldades relacionam-se com a virtualidade, os caracteres virtuais: linhas, espaços, apresentação da página no ecrã, entender e lidar com as pastas, abrir e gravar arquivo. Estas dificuldades exigem abstração e as pessoas apresentam dificuldades para lidar com situações abstratas. A rapidez da evolução técnica do *hardware* e até do próprio *software*, por vezes apresentado em língua estrangeira, faz com que as pessoas idosas se possam sentir, de novo, excluídas pelo facto de não conseguirem acompanhar estas atualizações e o domínio de uma língua estrangeira (Lobet-Maris & Galand, 2004).

ii) Falta de contacto anterior com as TIC (infoexclusão). De acordo com Naumanen e Tukiainen (2009) e as perdas de faculdades inerentes ao processo de envelhecimento fazem com que qualquer aprendizagem relacionada com as TIC seja mais lenta, acrescida pelo facto destes não terem tido experiências anteriores e estarem pouco familiarizados com a utilização das TIC. Esta situação pode levar a que as pessoas idosas nem sequer percebam qual a vantagem e, principalmente, a utilidade prática das TIC, porque para além dos custos inerentes à sua aquisição e utilização, o tempo requerido para as aprendizagens parecem exigir demasiado esforço em relação aos benefícios que podem ser recolhidos (Morris, Goodman, & Brading, 2007).

Neste contexto, é ainda frequente assistir a queixas das pessoas idosas relativamente à documentação (manuais) de difícil compreensão, pouco adaptados às suas necessidades, ao ritmo de ensino demasiado rápido da formação, bem como à falta de apoio continuado. Tudo isto pode diminuir a sua motivação e predisposição para a aprendizagem das TIC. Como é defendido por Dickinson e Dewsbury (2006), o que é importante, é que a formação em TIC seja motivadora. Esta perspetiva é relevante porque o que vai importar é que as pessoas idosas se possam sentir mais confiantes e

que a formação que lhes for ministrada em TIC lhes consiga proporcionar, preferencialmente, um Bem-estar em dois domínios: mental e social. Pois, tal como defendem Blit-Cohen e Litwin (2005), a utilização das TIC já é capaz, por si só, de desencadear uma atitude positiva perante a sua vida, pelo facto de lhes conferir um sentimento de modernidade e de estarem integrados na Sociedade da Informação e do Conhecimento. Mas para que isso se torne uma realidade, a estratégia a adotar deverá ir no sentido das TIC se adaptarem às necessidades e competências das pessoas idosas, ao invés de, a todo o custo, se tentar modificar estas pessoas idosas para que estas se adaptem às TIC (Selwyn et al., 2003b).

iii) Inexistente ou escassa política da indústria em investir em TIC que seja mais adaptada às reais necessidades das pessoas idosas. De acordo com Cutler (2006), as pessoas idosas travam uma luta para que as TIC não sejam associadas aos mais jovens (nativos digitais) como sendo estes os reais e potenciais utilizadores. Para que esta realidade possa ser ultrapassada, é importante que as TIC passem a ter uma abordagem que se baseie mais nas pessoas e menos nos aspetos tecnológicos e que as pessoas idosas possam e devam ser envolvidas nos processos de investigação e conceção dos dispositivos digitais para que as suas necessidades e expectativas possam vir a ser satisfeitas (Borges, 2008).

Esta posição já era reforçada por Boulton-Lewis, Buys e Lovie-Kitchin (2006) por entenderem que as pessoas idosas devem ser reconhecidas não simplesmente como utilizadores finais, mas como conselheiras e coautores em todo o processo de planeamento, assim como, nas abordagens a realizar e a implementar no processo de ensino e de aprendizagem. Para o efeito, torna-se fundamental que se incorporem novas e diferentes áreas de interesse e de conhecimento como um reflexo direto em diferentes fases e níveis de aprendizagem que sejam mais flexíveis e, tanto quanto possível, mais abrangentes. Ou seja, que estas abordagens consigam compreender as limitações, as potencialidades e o ambiente socioafetivo das pessoas idosas.

Este facto apresenta uma relação direta com as perspetivas de retorno do investimento a realizar pela indústria, que no caso do mercado das pessoas idosas se sentir que muito dificilmente este retorno consegue colmatar o investimento realizado (Notess & Lorenzen-Huber, 2006). Esta situação é ainda reforçada porque muitas das TIC são desenhadas e concebidas para o mundo laboral no sentido de poderem incrementar a produtividade e eficiência, aspetos estes que não se coadunam com os objetivos e realidade de vida das pessoas idosas, o que pode provocar ainda mais o seu isolamento devido a uma menor exposição às TIC (Harley & Fitzpatrick, 2008; Malanowski, Özcivelek, & Cabrera, 2008).

A existência de diferenças culturais entre as pessoas idosas e os mais jovens fazem com que as adequações necessárias não sejam mesmo compreendidas, ou sejam até menosprezadas por não constituírem necessidades atuais. Tal como referem Barnett e Adkins (2004), este problema é ainda mais acentuado porque os investigadores e *designers* em TIC são também eles próprios jovens e, por essa razão, têm como prioridade as necessidades dos jovens porque se identificam muito melhor com as suas necessidades e prioridades.

Apesar de poder haver um sentimento de uma certa injustiça para com esta situação, é relevante ter a ideia de que as pessoas idosas constituem um grupo de cidadãos heterogéneo com diferentes necessidades, prioridades e expetativas o que faz com que se sinta uma grande dificuldade no desenho de soluções/produtos digitais para estes cidadãos. Pois, de acordo com a opinião de Bean (2002) e de Gil e Amaro (2011c), dada a grande heterogeneidade deste grupo particular de cidadãos, não existe um *‘idoso típico’* e só percebendo quais os principais fatores que afetam o processo de envelhecimento é que se poderão ter noções mais consistentes para uma melhor adequação das TIC. Esta problemática é ainda mais acentuada pelo facto das pessoas idosas não terem grande capacidade de pressão e de reivindicação junto da indústria, porque elas próprias não tiveram uma ampla exposição e utilização das TIC, e não se sentem capazes ou habilitadas a darem sugestões (Selwyn, 2004a).

Um outro aspeto defendido pela Comissão das Comunidades Europeias (2007b) reporta-se à proteção de dados, pelo que as pessoas idosas devem estar bem informadas acerca dos riscos que podem por em causa a sua privacidade quando utilizam serviços *online*. De um modo geral, esta situação gera uma grande desconfiança, podendo promover ainda um maior afastamento das TIC. Existem outros obstáculos que as pessoas idosas têm que enfrentar, em especial, aqueles que se encontram em zonas rurais, em zonas sem banda larga e para aqueles em que os custos associados à aquisição de equipamentos e ligações à Internet se mostram difíceis de ultrapassar devido aos baixos rendimentos e pensões que auferem (Millar & Falk, 2000; Swindell, 2000; Zaphiris & Kurniawan, 2007).

3.3. Considerações sobre a formação em TIC

As investigações mostram que existem diferenças entre as faixas etárias na forma como cada geração aprende a utilizar as TIC. Existem diferenças entre jovens e pessoas idosas na interação com o computador e, neste sentido, é importante a existência de estratégias de ensino e aprendizagem delineadas de acordo com as características e condições da população idosa, respeitando o ritmo e tempo para aprender, as limitações físicas (auditivas e visuais) e cognitivas (memória e atenção). A abordagem educacional com a pessoa idosa tem as suas peculiaridades e requer a imersão neste universo para compreendê-lo e uma prática pedagógica específica, considerando as características físicas, psicológicas e sociais desta faixa etária (Kachar, 2003).

Neste contexto, Gamberini et al. (2006), fazem referência à '*Gerontecnologia*' como parte da tecnologia que atende às necessidades e às especificações mais particulares das pessoas idosas. A Gerontecnologia pode ser entendida como um estudo multidisciplinar do envelhecimento e da tecnologia para que se possam adaptar os ambientes nos quais vivem e trabalham as pessoas idosas de forma a garantir e a preservar a sua independência e para que possam participar e trabalhar melhor, com níveis mais elevados de saúde, segurança e conforto (Odebrecht & Gonçalves, 2000).

Neste sentido, torna-se necessário que a Gerontecnologia, associada à ergonomia, possa conhecer e estudar o desenvolvimento das pessoas ao longo da sua vida em relação aos episódios que vão ocorrendo durante o seu processo de envelhecimento. Sendo que a ergonomia é a qualidade da adaptação de um dispositivo ao seu operador e à tarefa que ele realiza, a usabilidade está inerente sempre que os utilizadores empregam um sistema para alcançar os seus objetivos num determinado contexto. Assim, a usabilidade consiste numa composição flexível entre aspetos objetivos e subjetivos envolvendo a produtividade na interação. Eficácia significa que o utilizador é capaz de fazer a tarefa pretendida, eficiência diz respeito ao tempo gasto na execução da tarefa e satisfação define o quanto o sistema é aceitável pelos utilizadores (Cybis, Betiol, & Faust, 2007).

O meio pelo qual o indivíduo se relaciona com a *Web* é a *interface*. Assim, quanto mais simples for a página *Web*, mais fácil é a sua utilização, e a amigabilidade dos serviços veiculados representam fatores determinantes de sucesso. As páginas *Web* devem possuir uma *interface* que seja facilmente entendida pelos seus utilizadores. Essa facilidade durante a utilização pode ser designada “usabilidade”. A questão fundamental da usabilidade de um sistema e/ou produto está na facilidade de utilização (Moraes, 2002).

Segundo Nielsen (2000), pode-se classificar as pessoas idosas como utilizadores com necessidades especiais, uma vez que 50% deles apresentam alguma alteração funcional que dificulta a interação com ambientes *Web*. Dessa forma é importante tomar em consideração estas dificuldades, de modo a que se possa dar a possibilidade de ampliar e estruturar novos conhecimentos recorrendo à Internet. Dias (2007), entende como acessibilidade *Web* o facto de qualquer pessoa, usando qualquer tipo de tecnologia de navegação (navegadores gráficos, textuais, especiais para cegos ou para sistema de computação móvel) ser capaz de visitar e interagir com qualquer *site*, compreendendo inteiramente as informações nele apresentadas. É por isso

importante criar a ideia que o desenvolvimento de aplicações para a Internet, deverá ser para todos, e acessível a todos (Hazard, Galvão, & Rezende, 2007).

As pessoas idosas pretendem fazer um uso prático das TIC no sentido de sentirem que estas tecnologias lhes trazem benefícios e vantagens na sua vida quotidiana. Tal como referem Harley e Fitzpatrick (2008) e Rodotá (2008), estes cidadãos têm que sentir que as TIC passaram a ser imprescindíveis, que são relevantes e significativas para o seu Bem-estar e qualidade de vida. Para o efeito, uma formação em TIC deve assegurar que sejam contempladas as necessidades destes cidadãos, os seus estilos, as suas limitações, as suas competências e os seus ritmos de aprendizagem, no sentido de se obter sucesso com este tipo estratégias.

É evidente que para as pessoas idosas, as TIC incluem um novo conjunto de termos que lhes está associado como por exemplo: «Ícones», «Cliques», «Duplo clique», «Scroll», «Ambiente de trabalho», «Pastas/Diretórios». Neste caso particular, e de acordo com Blit-Cohen e Litwin (2005), há diferenças significativas quando se formam pessoas idosas que anteriormente já utilizavam as TIC em comparação com aqueles que nunca tiveram um contacto e/ou utilização das mesmas.

Várias recomendações ou sugestões podem ser equacionadas sem que haja uma preocupação cronológica ou hierárquica, uma vez que todas elas devem interagir e serem encaradas como constituindo um todo, que se pretende coeso, localizado, contextualizado, adequado e co-construído com as pessoas idosas. Pelo facto destas pessoas envelhecerem de formas diferentes com diferentes necessidades e também com diferentes incapacidades, a intervenção na formação deve partir de um diagnóstico prévio, tão completo e aprofundado quanto possível. Dadas algumas vicissitudes inerentes ao processo de envelhecimento, vão apresentar-se alguns aspetos mais generalizados e mais consensuais que poderão ser encontrados ou identificados na maioria do grupo constituído pelas pessoas idosas.

Um desses aspetos está relacionado com aquilo a que vários autores já há muitos anos investigam e que na literatura surge designado por «cognitive slowing». Esta situação é evidenciada pela perda de faculdades que dificultam o raciocínio e decisões mais rápidas e que também afetam o processamento da informação e a memória de longa duração. Assim, as metodologias e as atividades deverão ser planificadas de modo a que as repetições de conceitos, de operações e os exercícios práticos sejam relevantes para as pessoas idosas, de curta duração, eliminando ambientes que promovam ansiedade ou *stress*, e com tempo suficiente para que as pessoas idosas os possam realizar e fundamentalmente, terminar com sucesso. Por esta razão, deverão também ser dadas oportunidades para mais momentos de pausa e o tempo necessário para que as pessoas idosas possam tirar os seus apontamentos e possam treinar/praticar (Light, 1996).

Para Slegers, Betel e Jolles (2008), quanto maiores e mais significativas forem as experiências bem-sucedidas, maior será o envolvimento e empenho das pessoas idosas em procurar adquirir competências em TIC. Estes autores afirmam ainda que se evidencia um aumento substantivo na utilização das TIC pelos cidadãos que mais frequentemente as utilizam. Uma formação em TIC não deve constituir apenas uma transferência de competências básicas digitais, mas deve corresponder a um enquadramento das necessidades efetivas, onde a solução pode passar por uma estratégia de *peer teacher*. Isto significa que quando o formador apresenta características muito semelhantes às dos formandos (sobretudo no que diz respeito à idade e a todas as variáveis associadas), ele terá uma maior e melhor perceção e entendimento acerca das limitações, das necessidades e das prioridades dos seus formandos (Timmermann, 1998; Barnett & Adkins, 2004).

Uma outra dimensão que também deve ser tida em consideração relaciona-se com o facto das aplicações digitais terem que ser fiáveis e seguras, não pondo em causa a privacidade dos utilizadores e capazes de manterem a confidencialidade e proteção de dados. Este aspeto é importante porque as pessoas idosas possuem alguma desconfiança quanto a tornarem disponíveis os seus dados em formato *online*

(Eggermont & Vandebosh, 2010). Outra situação que deverá ser propiciada será a possibilidade das pessoas idosas trabalharem aos pares, pela natural entreaajuda de que assim poderão usufruir (Naumanen & Tukiainen, 2009).

O envolvimento mais ativo irá torná-los mais responsáveis pelo curso de formação, e dar-lhes um sentimento de pertença que terá como reflexo um maior empenho e dedicação. Um outro aspeto subjacente a esta ideia é referenciado por Aula (2005), que indica um ambiente onde a partilha e a comunhão de conhecimentos, de dúvidas e de necessidades possa ocorrer, num ambiente de *‘togetherness’* para que a aprendizagem cooperativa possa vir a ter lugar.

A realização de tarefas entre as sessões de formação também deverá ser implementada, com o intuito de praticarem e também para não se esquecerem e criarem rotinas. O programa de formação, apesar de poder ter uma organização formal na sua conceção, deverá assumir na implementação um carater mais informal e flexível, para que mais facilmente se adapte a novas necessidades ou realidades (Gil, 2015).

Em resumo, e para realçar alguns aspetos que devem estar incluídos na estrutura de uma formação, passa-se a apresentar algumas propostas baseadas na opinião de Jones e Bayen (1998), Timmermann (1998), Bean (2002), Jaeger (2004) e Gil e Amaro (2010):

- Motivação inicial, que tem que ser sempre o ponto de partida, pois se os formandos não tiverem vontade em aprender a utilizar as TIC e, se não tiverem realmente motivados e envolvidos, a formação poderá estar condenada ao insucesso.
- Relevância da formação, pois se não existir uma relação direta entre a formação e os conteúdos, bem como as necessidades e expetativas das pessoas idosas em relação à sua mais-valia para o incremento do seu Bem-estar, a sessão de formação irá dificilmente ser bem-sucedida. Para o efeito, o

formador deve explicitar os objetivos a atingir, os conteúdos, as metodologias e estratégias que irão ser implementadas.

- Hardware e Software, neste ponto será importante ajustar o painel de controlo em que as dimensões dos ícones e das fontes devem ser maiores que o normal e, se possível, utilizar monitores de maiores dimensões com contraste e luminosidade adaptados às potenciais limitações visuais e cognitivas das pessoas idosas, para que estes aspetos não influenciem negativamente o desempenho destas e para evitar o seu cansaço. Ainda neste domínio, o rato deve ser ajustado pelo facto de já existir um certo défice motor, e também se deve acautelar a velocidade quer do tão vulgarmente designado «duplo clique», quer da velocidade do cursor, tornando-os mais lentos e mais espaçados para uma mais adequada acuidade óculo-visual (Charness, 1995), já que a manipulação deste equipamento tem sido considerada como um dos aspetos mais problemáticos.

Em relação ao ambiente de trabalho, deve haver uma organização que se mantenha inalterável e, se possível, muito semelhante ou igual à dos computadores pessoais para que se torne possível alguma mecanização de procedimentos e de rotinas relativamente à disposição de ícones/programas/pastas/atalhos (Bayen & Murnane, 1996). Estes aspetos equivalem a dizer que se deve utilizar e manter a mesma versão de *software*, mesmo que não seja a mais recente, porque o que se torna importante é que as rotinas sejam apreendidas e as tarefas atingidas com sucesso.

Na eventualidade de ser necessária a utilização de som deve haver o cuidado de nivelar os agudos/graves e o respetivo volume para que o som seja audível sem haver necessidade de um esforço suplementar. E também devem ser usadas versões de programas/*browser* na língua materna. A existência de um manual de utilização que possua ilustrações e que seja muito direto e explícito, nomeadamente recorrendo a exemplos o mais próximos possíveis daqueles

que forem tratados e realizados nas sessões de formação, é também um aspeto importante. No caso particular das tarefas e/ou exercícios a praticar, importa que estes sejam muito objetivos. Para o efeito, uma unidade de ensino deve ser dividida em diferentes subunidades, e a linguagem a utilizar deve ser muito semelhante àquela a que as pessoas idosas estão habituadas.

- Sala de formação/horário, a sala deve ter boas condições de iluminação, de insonorização, ser arejada, ter iluminação natural, ter uma climatização suave, mesas e cadeiras ergonómicas e confortáveis e que possam ser facilmente ajustáveis. Poderão existir mesas sem computadores para que os formandos possam realizar atividades complementares em grupo. Por isso, toda a logística deve ser bem ponderada para que o ambiente tenha uma atmosfera relaxante e aprazível, sendo o período da manhã aquele que parece ser o mais adequado e mais apetecível para a aprendizagem por parte das pessoas idosas (May & Hasher, 1998).
- Formador, quanto à postura geral do formador deverá falar devagar, utilizando pausas, falar de forma clara e com a utilização de termos que não sejam ambíguos. A utilização de terminologia próxima do vocabulário dos formandos constituirá uma vantagem porque lhes confere uma maior segurança. A duração da sessão deve ter uma relação próxima com o volume de nova informação a transmitir e, sempre que necessário, prever para a necessidade de poder disponibilizar tempo extra. Em simultâneo, pode e deve ser distribuído material impresso para poder tornar mais claro ou para complementar os conteúdos transmitidos. Este material impresso deve conter, para além do texto, um conjunto de ilustrações (*print screens*) semelhantes às aquelas que podem visualizar no ecrã do computador.

Outros estudos relatam uma série de estratégias/metodologias que devem ser adotadas no ensino das TIC às pessoas idosas, estas encontram-se especificadas na **Tabela 3.2.**

Tabela 3.2: Estratégias para o ensino das TIC a pessoas idosas

Metodologias de ensino para as pessoas idosas	
Ambiente	<ul style="list-style-type: none">▪ Turmas pequenas: um sénior por computador▪ Boa iluminação e climatização da sala
Papel do professor	<ul style="list-style-type: none">▪ Ser paciente e calmo▪ Ajudar a aprender (<i>coaching</i>)
Hardware	<ul style="list-style-type: none">▪ Monitor: tamanho e iluminação▪ Teclado e rato: <i>design</i> especial
Software	<ul style="list-style-type: none">▪ Bom processador de texto▪ <i>Homepage</i> com ícones maiores▪ Ajuda <i>online</i>
Técnicas de ensino	<ul style="list-style-type: none">▪ Ir ao encontro dos interesses das pessoas idosas▪ Utilizar a experiência de vida das pessoas idosas▪ Respeitar o ritmo de cada pessoa▪ Partir de situações contextualizadas▪ Efetuar atividades de repetição▪ Seguir etapas gradativas de aprendizagem▪ Proporcionar espaços/pausas para se dialogar sobre coisas diferentes

Fonte: Adaptado de Mariz (2009) e Sei (2009)

3.4. A relação intergeracional

As TIC fazem parte das formas de ser e viver da sociedade atual, permitindo trocas de informação, conhecimentos e experiências entre gerações distintas (Espanha, 2009). Com efeito, a formação das pessoas idosas em literacia digital é muito importante para que estas possam potenciar a sua autonomia e encontrar novos meios de desenvolvimento pessoal (Leeson, 2009). Apesar das dificuldades que possam existir em termos formativos entre as pessoas idosas decorrentes de fatores biológicos, sociais e psicológicos, não se deve inviabilizar a sua oportunidade de aprendizagem (Rogers & Fisk, 2006). Deve-se, sim, criar condições formativas – preferencialmente intergeracionais – que permitam ir ao encontro das necessidades e expectativas das pessoas idosas a nível da utilização das TIC (Timmermann, 1998). O envolvimento das pessoas idosas nos processos de formação e aprendizagem – apostando na extensão valiosa dos seus saberes e experiências – é essencial para que possam superar os seus receios e explorar as vantagens tecnológicas (Borges, 2008).

A evolução da sociedade contemporânea não tem apenas reforçado a esperança de vida, tem também fomentado mudanças profundas na forma como as famílias se estruturam e se relacionam (Dias, 2012), contribuindo para a problemática da solidão e do isolamento social das pessoas idosas. A necessidade de combater essa problemática tem levado ao desenvolvimento de intervenções que procuram minimizar as consequências da solidão e do isolamento através da construção de estratégias intergeracionais.

Cada vez mais é importante perceber a sociedade atual (e futura) como sendo multigeracional e dependente das trocas entre gerações para ser bem-sucedida (Sáez, 2002). A construção sustentada de interações sociais entre gerações fomenta a solidariedade e a cooperação através da criação de oportunidades de contacto, em que diferentes gerações desenvolvem atividades de forma conjunta (Garcia, 2002). Nesse tipo de atividades, todos os intervenientes beneficiam, permitindo à comunidade, em último caso, ser mais inclusiva e participativa onde o objetivo é “(...) mudar e ser mudado ao mesmo tempo em que se aprende com outras pessoas” (Sáez, 2002, p. 29).

Pelo contacto geracional, é possível partilhar experiências, conhecimentos e competências, assim como valores e atitudes que visam melhorar a qualidade de vida dos intervenientes (Sáez, 2002) criando, assim, oportunidades de aprendizagem intergeracional. Nesse tipo de aprendizagem, que se assume enquanto uma forma de aprendizagem ao longo da vida, os ganhos são sempre bidirecionais e permitem uma melhor aceitação da diversidade e da diferença de valores (García, 2005). A importância da comunicação e da interdependência entre as pessoas, em particular as que se encontram em risco de isolamento e solidão, faz com que seja fundamental apostar nos benefícios que as TIC podem potenciar. A interatividade que a Internet possibilita é um dos exemplos que permite uma melhoria da socialização e da participação comunitária (Kreis et al., 2007).

O contacto com as redes sociais digitais, proporciona aos idosos o acesso a novas relações, mas também abre novas possibilidades de inserção na família, fomentando as interações entre gerações através, por exemplo, de atividades lúdicas, como é o caso dos jogos interativos, ou da comunicação por *email* e outros serviços (Páscoa & Gil, 2012a, p. 39).

Neste âmbito, as TIC criam espaços informais onde a partilha, o ensino e a aprendizagem por diversos atores acontecem, sejam eles jovens ou mais idosos. Neste contexto, West e Heat (2009) sugerem a partilha de recursos colaborativos através de suportes *online* de toda a natureza, mais ou menos formais: fotografia, enciclopédias, culinária, viagens, história regional, nacional e mundial. Ala-Mutka et al. (2008) sugerem que esta é uma boa e fácil oportunidade para que nestas redes se promovam relações intergeracionais. Também no entender de Eggermont e Vandebosch (2010), as TIC promovem uma aproximação intergeracional referindo variadas situações onde os netos ‘ensinam’ os seus avós. Na opinião de Patrício e Osório (2012), é urgente promover a aquisição de competências digitais junto das pessoas idosas envolvendo gerações diferentes de modo a contribuir para o desenvolvimento de novas dinâmicas de aprendizagem intergeracional.

Neste sentido, Bindé (2007) refere ainda que estas novas possibilidades vêm incrementar os laços familiares e sociais através de uma maior solidariedade intergeracional. Esta aproximação sente-se ainda mais através das ferramentas digitais associadas à comunicação: *chat* e *email*. Tendo em consideração o facto da grande maioria dos avós viverem longe dos seus filhos e dos seus netos, estas ferramentas digitais vêm possibilitar esta maior aproximação. Por outro lado, a utilização destes meios digitais por parte dos avós tem também um outro grande aspeto positivo, tornam os mais idosos «mais iguais» e «menos excluídos». Como é referido por White e Weatherall (2000), esta maior envolvimento intergeracional através das TIC fazem com que as pessoas idosas se sintam ‘mais modernas’ na forma como comunicam com os

seus filhos e netos, uma modernidade que advém da utilização dos meios tecnológicos e que as faz sentir mais integradas socialmente, diminuindo a barreira e as limitações que acarreta a infoexclusão.

3.5. A representação das TIC aliada à pessoa idosa na nova Política Social

No âmbito da difusão de experiências e incentivo à investigação é importante divulgar e aprender com as experiências que já foram desenvolvidas. Este aspeto tem uma importância crucial porque, no seio de um público-alvo onde a literacia e as competências digitais têm um nível pouco elevado, pode conduzir a níveis de maior insatisfação e de abandono e desinteresse. Esta difusão de experiências no âmbito das TIC, encaradas como novos vetores de socialização, devem ser multiplicados para um esforço das aprendizagens e das competências na manipulação de dispositivos digitais (Gil, 2015).

De acordo com Goodman-Deane e Keith (2008), é ainda necessário desenvolver mais investigação nesta área específica (TIC & Seniores) em que as pessoas idosas sejam envolvidas de forma prioritária, e na primeira pessoa, quer estejam aposentadas ou ativas, e tenham ou não limitações, para que esta investigação seja o mais próximo possível do público-alvo da pesquisa. Os autores propõem assim, estratégias de *cooperação*, *corealização* e de *codesenvolvimento*, em que as pessoas idosas terão que ter uma opinião que deve ser ouvida e respeitada.

Borges (2006), Ala-Mutka e Punie (2007) e Dewsbury et al. (2007), sugerem uma investigação no âmbito do denominado ‘*inclusive design*’ em que todas as rotinas diárias destes cidadãos devem ser investigadas, analisadas e detalhadas para que se respeitem, na totalidade, os requisitos e para que as TIC possam ser devidamente incluídas e utilizadas nas suas rotinas diárias. Este paradigma assenta, não numa

assunção prévia do que as pessoas necessitam, mas antes na exploração das necessidades que estes apresentam (Morgan, 2005; Borges, 2006).

A presente Sociedade da Informação e do Conhecimento tem pois que ser capaz de integrar todos os cidadãos ao introduzir e promover novas e diversas formas de solidariedade e estabelecer ligações estreitas entre as gerações do presente e as do futuro. De acordo com Bindé (2007), é importante não esquecer o papel primordial das pessoas idosas, uma vez que possuem a experiência necessária que permite equilibrar a relativa superficialidade da comunicação veiculada em tempo real e fazer recordar que este conhecimento constitui um caminho para se poder alcançar a sabedoria.

Tendo em consideração o que anteriormente foi exposto, parecem existir muitas razões para se considerar as TIC como uma ferramenta, o que pode alterar, para melhor, o Bem-estar das pessoas idosas (Soares et al., 2014). Todavia, tal como advertem Dickinson e Gregor (2006), apesar de se defender que a utilização das TIC é útil e desejável, é ainda necessário desenvolver mais investigação sobre esta questão, pelo que se devem tomar precauções e reservas e não ser demasiado positivo na tomada de uma opinião definitiva e inflexível, que possam por em causa outras soluções.

Como é sabido, a introdução e a aquisição de qualquer inovação requer tempo e, no caso particular das TIC, foi preciso esperar quase uma geração para que estas se tornassem numa rotina integradas nos hábitos do quotidiano. Atualmente, as TIC evidenciam também um impacto muito positivo na participação democrática mais alargada, especialmente, na participação dirigida à defesa e/ou à denúncia de causas cívicas, políticas e sociais bem como ao exercício de cidadania.

O que se pretende é a erradicação da infoexclusão, que como nos recorda Bindé (2007), corresponde não apenas a uma divisão digital, mas também a uma divisão cognitiva, com uma relação direta com barreiras educativas, culturais e linguísticas que podem por em causa a construção da sociedade do conhecimento. Isto significa que o

fim da infoexclusão não se limita a uma questão de instalação de infraestruturas, mas ao desenvolvimento de capacidades para a produção de conteúdos. As sociedades do conhecimento só existem se forem capazes de utilizar a informação para criar e aplicar conhecimentos necessários ao desenvolvimento das pessoas (Bindé, 2007). Para o efeito, torna-se necessário que se proporcione a autonomia, a pluralidade, ambientes de coesão, de participação e também ambientes solidários.

Neste contexto, a relevância da formação não está baseada na transmissão, mas sim no «aprender a aprender», «aprender a ser», «aprender a pensar», «aprender a duvidar», e «aprender a adaptar-se», num ambiente mais flexível e mais informal, rentabilizando todas as oportunidades que as TIC oferecem. Contudo, como advertem Stephenson (1998) e Stephenson (2011), a utilização das TIC depende de muitos fatores (acesso, literacia, motivação, idade, género, estado civil, habilitações literárias, profissão, rendimento, etc.), mas esta mudança social e de atitudes vai depender na forma como as TIC vão ser utilizadas e não tanto nas tecnologias em si mesmas.

Para o efeito, torna-se necessário que se promovam políticas holísticas de educação, de inclusão digital, de envelhecimento ativo, que englobem estratégias diretamente relacionadas com a aprendizagem ao longo da vida. Neste sentido, deverão ser incluídas e envolvidas todos os tipos de instituições e de organizações, sejam públicas ou privadas, para que essas estratégias possam incluir diferentes serviços e áreas sociais (Ala-Mutka et al., 2008; Amaro & Gil, 2011b; Páscoa & Gil, 2015a). Mas neste 'grupo de trabalho e de intervenção' as pessoas idosas também têm que estar presentes e serem tidas em consideração nas decisões estabelecidas. Nesta diferente abordagem de aprendizagem ao longo da vida que tem a sua intervenção em espaços informais, as TIC podem ser o suporte mais adequado através da utilização das comunidades pertencentes às redes sociais onde as pessoas idosas vão ter a possibilidade de trocar informação, conhecimento e de poderem interagir e partilhar com indivíduos de diferentes idades (promoção de relações intergeracionais).

Assim, a solidariedade intergeracional, o envelhecimento ativo e as TIC, são temas que se completam em prol de um bem comum, no qual a educação e a aprendizagem desempenham um papel relevante. A promoção da educação e da aprendizagem das pessoas idosas através da convivência intergeracional, torna-se num valor acrescentado, mais efetiva, verdadeira e com resultados extremamente positivos, fruto da interação entre diferentes gerações, como o demonstram diversos projetos e iniciativas de âmbito nacional (Projeto TIO, 2010; Projeto TECLAR, 2010; Projeto InfoGerar, 2010), europeu (EAGLE, 2010; IANUS, 2010; SeniorLearning, 2010) e mundial (Generations United, 2010). Por tudo isto, considera-se oportuno e desafiante explorar não só o potencial que as TIC podem trazer para as pessoas idosas, mas também o que podem trazer à sociedade, através das TIC e das tecnologias *Web 2.0*, promovendo as competências digitais, a formação em literacia digital e a convivência intergeracional.

Para Rosa (2012), o principal problema desta sociedade não é tanto o envelhecimento da população, mas a dificuldade que as sociedades têm de se ajustarem a esta mudança demográfica. Para a autora existe uma forma mais ou menos explícita, uma efetiva discriminação dos mais velhos, no mundo produtivo em geral e no mercado de trabalho em particular, que se deve especialmente à desatualização dos conhecimentos, em particular associada às TIC. Também Dias (2012), considera que o progresso científico e tecnológico veio despojar as pessoas idosas dos seus papéis e do prestígio social que as rodeava nas sociedades ditas tradicionais.

É preciso ter a noção de que a população continuará a envelhecer e perceber que o problema da sociedade portuguesa não é o do envelhecimento da sua população, mas antes o da incapacidade de se pensar de modo diferente perante uma estrutura populacional que tem outros contornos, porque envelhece. Neste sentido, numa nova perspetiva, as políticas sociais devem igualmente concretizar as funções do Estado na área da educação, da prevenção da doença e das incapacidades, da segurança, da participação, da cultura e da tecnologia. Estes aspetos são hoje considerados importantes na melhoria da qualidade de vida do ser humano.

Um dos aspetos importantes destas novas políticas está relacionado com o uso da tecnologia pelas pessoas idosas, nomeadamente as TIC. No entanto, esta realidade continua a ser um grande desafio que requer ainda muito trabalho e investigação pois, de acordo com Odebrecht e Gonçalves (2000), ainda muito pouco se conhece das preferências, objetivos e formas de realizar as tarefas pelas pessoas idosas, o que gostariam de fazer e como gostariam de ser ajudados, a sua condição económica e como todos estes fatores afetam a sua visão perante as tecnologias digitais, assim como, qual o tipo de tecnologias que consideram mais necessárias.

3.6. Considerações finais

O progressivo processo de envelhecimento global tem também uma relação direta com os valores e níveis de infoexclusão associados a determinados grupos de risco onde se incluem as pessoas idosas. O perfil sociográfico e educacional das pessoas idosas utilizadoras das TIC revela que quanto maior é a idade dos indivíduos, maior tende a ser a taxa de não utilização. A utilização das TIC é mais frequente nos homens do que nas mulheres e outra tendência fortemente vincada é o facto de quanto maior é a escolaridade dos indivíduos, maior será a taxa de utilização de computador e Internet.

A geração das pessoas idosas tem revelado dificuldades em entender a nova linguagem e em lidar com os avanços tecnológicos, diversas pesquisas enfatizam que estes cidadãos interessam-se em aprender TIC e consideram esta aprendizagem positiva. Esta aprendizagem oferece melhoria no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social». A maioria destes cidadãos acredita nos benefícios das TIC e utiliza-as para pesquisa, comunicação e lazer. No entanto, quando se associam as TIC às pessoas idosas é inevitável não se falar em algumas barreiras ou obstáculos que estão relacionados com alguns fatores, nomeadamente alterações decorrentes do processo

de envelhecimento, falta de contacto anterior com as TIC na vida pessoal e profissional destes cidadãos e ainda escassa política da indústria em investir em TIC, que seja mais adaptada às reais necessidades deste grupo etário.

As pessoas idosas pretendem fazer um uso prático das TIC no sentido de sentirem que estas tecnologias lhe trazem benefícios e vantagens na sua vida quotidiana. Para o efeito, uma formação em TIC deve assegurar que sejam contempladas estratégias e metodologias, que vão ao encontro das necessidades destes cidadãos. Apesar das dificuldades que possam existir em termos formativos entre as pessoas idosas decorrentes de fatores fisiológicos, psicológicos e sociais, não se deve inviabilizar a sua oportunidade de aprenderem, devendo-se criar condições formativas e preferencialmente promover uma aprendizagem intergeracional, tornando-se necessário igualmente a promoção de políticas holísticas, de educação, de inclusão digital e de envelhecimento ativo que englobem estratégias diretamente relacionadas com a formação ao longo da vida.

CAPÍTULO IV: CARACTERIZAÇÃO DO LOCAL DA INVESTIGAÇÃO

O Capítulo IV tem como finalidade fazer uma caracterização do local da investigação, faz-se em primeiro lugar uma caracterização geral do distrito de Castelo Branco (4.1.) e seguidamente uma caracterização geral das instituições participantes (4.2.).

4.1. Caracterização geral do distrito de Castelo Branco

De modo a contextualizar territorialmente a área geográfica em que incide este trabalho de investigação, apresenta-se uma caracterização socioeconómica do distrito de Castelo Branco. Neste sentido, procura-se dar alguns traços caracterizadores do distrito ao nível do enquadramento territorial, da dinâmica populacional e respetiva caracterização dos municípios.

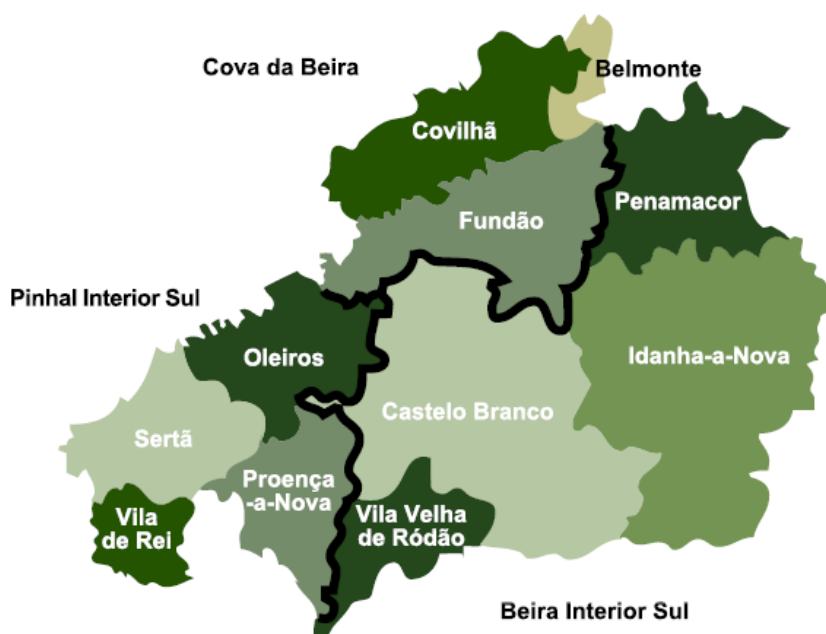


Figura 4.1: Mapa do Distrito de Castelo Branco

Fonte: <http://www2.gep.mtss.gov.pt/cartasocial/DistritoCartaSocial.asp>

O distrito de Castelo Branco ocupa uma área de 6675 km² (cerca de 9,5% da área total de Portugal Continental), e localiza-se no interior centro do país, sendo este formado por onze concelhos (**Figura 4.1**), nomeadamente: Belmonte, Castelo Branco, Covilhã, Fundão, Idanha-a-Nova, Oleiros, Penamacor, Proença-a-Nova, Sertã, Vila de Rei e Vila Velha de Ródão. Estes concelhos são compostos por 120 freguesias na totalidade. A delimitação geográfica do distrito é feita a Norte pelo distrito da Guarda, a Sul pelo distrito de Portalegre, a Oeste pelos distritos de Santarém, Leiria e Coimbra, a Leste

pelas fronteiras com Espanha. Os 225 916 habitantes residentes atualmente no distrito distribuem-se pelos onze concelhos referenciados atrás, com especial destaque para os principais centros urbanos como Castelo Branco, Covilhã e Fundão, onde residem aproximadamente dois terços da população (INE, 2014).

O distrito de Castelo Branco insere-se na área de intervenção da Comissão de Coordenação da Região Centro (corresponde a NUTS II), agrupando-se os seus concelhos segundo a NUTS III da Beira Interior Sul (Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Penamacor e Vila Velha de Ródão), da Cova da Beira (Belmonte, Covilhã, Fundão), e do Pinhal Interior Sul (que, para além, dos concelhos de Oleiros, Proença-a-Nova, Sertão e Vila de Rei, inclui ainda o concelho de Mação pertencente ao distrito de Santarém). Para o efeito, passa-se a apresentar a **Figura 4.2** que permite visualizar a localização e respetiva área geográfica correspondente ao distrito de Castelo Branco.



Figura 4.2: Mapa de Portugal Continental com destaque para a localização do Distrito de Castelo Branco

Fonte: http://www.wikipedia.org/wiki/Distrito_de_Castelo_Branco

Beira Interior Sul

A Beira Interior Sul situa-se no prolongamento da Cova da Beira, é constituída pelos concelhos de Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Penamacor e Vila Velha de Ródão. Tem um relevo mais suave que proporciona diversificadas produções hortícolas e frutícolas, bem como o desenvolvimento da pecuária. As oportunidades não se consignam ao setor agropecuário, pois a região dispõe de consideráveis recursos mineiros, como o urânio, o estanho, quartzos e granitos, que estão a ser explorados parcialmente.

O concelho de Castelo Branco possui 56 109 habitantes (INE, 2014), distribuídos pelas 19 freguesias (Lei n.º11-A/2013, de 28 de janeiro), totalizando uma área aproximadamente de 1 439,9 Km², sendo a cidade de Castelo Branco a capital do distrito com cerca 34 000 habitantes. A parte mais rural do concelho sobrevive da agricultura e pecuária. No entanto, nos centros urbanos de maior índice populacional existem modernas indústrias de ramos diversificados.

Cova da Beira

A Cova da Beira é constituída pelos concelhos de Belmonte, Covilhã e Fundão, situa-se entre as Serra da Estrela e da Gardunha tendo características específicas ao nível geográfico e climatérico que favorecem a pastorícia e, conseqüentemente, o desenvolvimento de atividades como os lanifícios e os lacticínios.

O concelho da Covilhã com 555,60 km² de área e 51 797 habitantes (INE, 2014), subdividido em 21 freguesias. Este município, nomeadamente a sede de Concelho, foi desde o século XVI um importante pólo dinamizador da indústria dos lanifícios, fixando muita população não só neste concelho como no concelho limítrofe (Fundão).

No século XIX a recessão económica afetou a área dos têxteis, acabando a grande maioria das indústrias por fechar. Apesar do fecho das indústrias dos têxteis no limiar do século XXI, a Covilhã é uma cidade que vive da indústria (coexistindo dois parques industriais em atividade) e do ensino, sendo a Universidade da Beira Interior um importantíssimo polo de desenvolvimento. A Serra da Estrela (onde se insere o concelho) é um ponto de atração para a prática dos vários desportos que vão do esqui à escalada e ao prazer de usufruir a natureza, no seu ambiente mais puro, durante todo o ano. O concelho do Fundão está subdividido em 23 freguesias, possuindo uma área de 700,20 km² e uma população residente de 29 213 habitantes (INE, 2014). As suas características geográficas e climatéricas são muito favoráveis à horticultura (azeitona e azeite) e fruticultura (maçã e cereja), bem como à criação de gado ovino. A par destas atividades a construção civil e a indústria transformadora com especial relevo na área têxtil e do mobiliário, são as principais atividades da população.

Pinhal Interior Sul

O Pinhal Interior Sul é um território pouco habitado, constituído pelos concelhos de Oleiros, Proença-a-Nova, Sertão e Vila de Rei. Possui uma grande área florestal, que condiciona a atividade industrial neste sector que representa aqui um maior rendimento e emprego. No entanto, esta mancha florestal não é apenas um inestimável recurso industrial, ela tem de ser trabalhada e dinamizada como um importante fator de atração turístico e ambiental. As 4 freguesias do concelho de Proença-a-Nova ocupam uma área de 395, 40 km² e 8 314 habitantes, sendo este concelho marcado por uma área florestal, as atividades ligadas ao setor florestal são as principais empregadoras deste município. O concelho da Sertão com 446,73 km² é o maior concelho desta sub-região, estando os seus 15 880 habitantes subdivididos em 10 freguesias. Geograficamente situa-se numa zona de transição entre o Litoral e o Interior. A floresta é um dos principais fatores de desenvolvimento, estando em próspero desenvolvimento as indústrias transformadoras de madeira, o comércio de produtos florestais e as atividades ligadas aos transportes, indústria e aos serviços.

O distrito de Castelo Branco foi, nos anos 60 e 70, afetado pelo êxodo rural e emigração. Nesse sentido, a evolução demográfica é desfavorável e expressa-se pela redução e envelhecimento populacional em qualquer das sub-regiões. As alterações demográficas são responsáveis pela concentração populacional em três principais concelhos urbanos (Castelo Branco, Fundão e Covilhã) que somam cerca de 69% do total da população do distrito. Há população residente deverá acrescentar-se, no caso da Covilhã e Castelo Branco, uma população estudantil durante os anos letivos devido à presença de uma Universidade e Instituto Politécnico respetivamente.

O fenómeno migratório, que atingiu o distrito, abrangeu, na maioria, indivíduos na faixa etária dos 15-49 anos, resultando numa forte diminuição dos escalões da população em idade fértil ativa. A análise da estrutura etária revela a posição desvantajosa do distrito de Castelo Branco, apresentando valores negativos aos registados em Portugal Continental. Isto deve-se ao elevado peso que os indivíduos com 65 e mais anos possuem no conjunto da população total do distrito. As baixas taxas de mortalidade e baixas taxas de natalidade assumem, deste modo, um saldo fisiológico negativo.

É de notar a baixa proporção de jovens nos concelhos da Raia (Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Penamacor e Vila Velha de Rodão) e no Pinhal Interior Sul (Oleiros, Proença-a-Nova, Sertão e Vila de Rei), o que demonstra uma situação de não retorno da população jovem. O distrito de Castelo Branco tem registado uma profunda desertificação humana, provocada por fortes movimentos migratórios para os grandes centros urbanos e para o estrangeiro, atingindo a população mais jovem e em idade ativa. Esta evolução populacional não só tem reflexos na quantidade de mão-de-obra disponível atualmente, como põe em causa a capacidade de renovação geracional.

Em termos demográficos, de acordo com os dados do INE (2011) a Cova da Beira é a sub-região do distrito com maior população residente (87869), seguida da sub-região da Beira Interior Sul (75026) e, por último, a sub-região do Pinhal Interior Sul (40705).

É de salientar que a concentração da população ocorre nos principais núcleos do distrito (Castelo Branco, Covilhã e Fundão), em oposição a dinâmicas recessivas como Penamacor, Vila Velha de Ródão e Vila de Rei. Conforme pode-se verificar na **Tabela 4.1**, o distrito tem na totalidade 6675 km², a Beira Interior Sul tem a maior área, 2063 km² e o Pinhal Interior Sul uma área de 1903 km², a Cova da Beira tem uma área de 1373 km², sendo esta a sub-região mais pequena. O distrito caracteriza-se por contrastes entre zonas escassamente povoadas – com densidades inferiores a 12 hab/km² como são os casos de Idanha-a-Nova (7,0 hab/km²), Penamacor (10,1 hab/km²), Vila Velha de Rodão (10,7 hab/km²) e zonas de maior densidade que correspondem a maiores aglomerados urbanos: Covilhã (93,2 hab/km²), Belmonte (57,7 hab/km²), Fundão (41,7 hab/km²) e Castelo Branco (39,1 hab/km²). No entanto, quer a nível distrital, quer a nível concelhio, a densidade populacional é inferior ao valor registado para Portugal Continental (115,3 hab/km²).

Tabela 4.1: Território/população/densidade populacional. Distrito de Castelo Branco, 2011

Nível Territorial	Área (Km ²)	População Residente (2011)	Densidade Populacional (hab./km ²)
Portugal Continental	88797,396	10 562 178	115,3
Distrito Castelo Branco	6675	225 916	30,3
NUTSIII Beira Interior Sul	2063	75026	20,1
Castelo Branco	1438,19	56109	39,1
Idanha-a-Nova	1416,3	9716	7,0
Penamacor	563,71	5682	10,1
Vila Velha de Rodão	329,9	3521	10,7
NUTSIII Cova da Beira	1373	87869	64,4
Belmonte	118,76	6859	57,7
Covilhã	555,60	51797	93,2
Fundão	700,20	29213	41,7
NUTSIII Pinhal Interior Sul	1903	40705	23,0
Oleiros	471,1	5721	12,1
Proença-a-Nova	395,4	8314	21,0
Sertã	446,7	15880	35,5
Vila de Rei	191,55	3452	18,2

Fonte: INE (2012)

A esperança de vida à nascença encontra-se em crescimento (atingindo valores de 79,04 na Beira Interior Sul e 79,50 na Cova da Beira) bem como da esperança de vida aos 65 anos (registando-se 18,57 na Beira Interior Sul e 18,99 na Cova da Beira). A

Tabela 4.2 mostra alguns indicadores estatísticos dos municípios onde foi efetuada esta investigação (Castelo Branco, Covilhã, Fundão, Proença-a-Nova e Sertão). No que diz respeito ao elevado índice de envelhecimento, pode sublinhar-se o facto da NUTS III da Beira Interior Sul (241,0), apresentar um índice com um valor de aproximadamente o dobro daquele que é identificado em relação à NUTS I Portugal (136,0), e bem superior ao verificado na NUTS II Centro (170,3). Descendo ainda mais o nível até à capital de distrito, Castelo Branco apresenta um índice de envelhecimento de 186,1, ou seja, existem 186,1 idosos por cada 100 jovens com menos de 15 anos.

É previsível que haja uma rápida aceleração da população dependente, verificando-se já um índice de dependência dos idosos elevado na NUTS III: Beira Interior Sul (46,3), na Cova da Beira (40,5) e no Pinhal Interior Sul (55,9). Estes valores, bastante mais elevados do que os que se encontram na NUTS II Região Centro (35,3), que ainda assim é superior à encontrada na NUTS I Portugal (30,3). Verifica-se também um elevado índice de dependência de idosos nos principais centros urbanos, que é de 37,3 em Castelo Branco, 38,6 na Covilhã e 44,3 no Fundão. O índice de longevidade na NUTS I Portugal é de 49,0 valor inferior ao da NUTS II Região Centro (52,0) e das NUTS III: Beira Interior Sul (59,0), na Cova da Beira (54,2) e no Pinhal Interior Sul (62,7). Este indicador realça mais uma vez o próprio envelhecimento da população neste distrito.

Tabela 4.2: Indicadores estatísticos (Nº) das Sub-regiões do Distrito de Castelo Branco, 2013

Estatísticas demográficas	População estrangeira a quem foi concedido estatuto de residente por 100 habitantes	Índice de envelhecimento	Índice de dependência de idosos	Índice de longevidade	Relação de masculinidade
Nº					
2013					
Portugal	0,32	136,0	30,3	49,0	90,7
Centro	0,23	170,3	35,3	52,0	90,4
Beira Interior Sul	0,14	241,0	46,3	59,0	90,3
Castelo Branco	0,11	186,1	37,3	53,5	90,0
Cova da Beira	0,19	213,5	40,5	54,2	91,0
Covilhã	0,21	202,9	38,6	52,2	90,7
Fundão	0,17	230,5	44,3	56,9	91,2
Pinhal Interior Sul	0,13	327,9	55,9	62,7	89,1
Proença-a-Nova	0,04	337,7	54,3	62,3	90,5
Sertã	0,17	226,0	46,3	59,0	89,6

Fonte: INE (2014)

Os principais centros urbanos do distrito de Castelo Branco são o município de Castelo Branco, Covilhã e Fundão e é nestes centros que estão localizados a maioria dos serviços públicos e equipamentos sociais. Neste distrito existe uma estrutura de estabelecimentos de saúde baseada na Unidade Local de Saúde (ULS) de Castelo Branco, EPE e o Centro Hospitalar Cova da Beira, EPE. A ULS de Castelo Branco integra o Hospital Amato Lusitano – Castelo Branco, dois Centros de Saúde, e os agrupamentos de Centros de Saúde da Beira Interior Sul e do Pinhal Interior Sul com oitenta e cinco extensões de saúde, constituindo-se deste modo, para a sua população, como uma unidade essencial na prestação de cuidados de saúde com qualidade. O Centro Hospitalar Cova da Beira, EPE é constituído pelo Hospital Pêro da Covilhã e pelo Hospital do Fundão, servindo a população da sua área de influência, e todos os cidadãos em geral. Esta unidade hospitalar desenvolve ensino de nível superior, por ser Hospital Nuclear da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior. A Cova da Beira possui um agrupamento de centros de saúde, constituído pelo Centro de saúde de Belmonte, Covilhã e Fundão com cinquenta e nove extensões de saúde.

A nível da educação e formação o distrito de Castelo Branco sofreu ao longo dos tempos significativas alterações, no número/dimensão dos estabelecimentos de ensino, no nível de escolaridade da população e na diminuição da taxa de analfabetismo. No âmbito educativo, para além de diversos Agrupamentos que incluem estabelecimentos de Ensino pré-Escolar até ao Ensino Secundário, regista-se também a presença de Escolas Profissionais. O 1º e 2º ciclo são os níveis de ensino nos quais se regista o maior índice da população com qualificação escolar. O concelho de Castelo Branco e o da Covilhã são aqueles que apresentam mais indivíduos com o ensino superior, devido aos dois estabelecimentos de ensino superior que existem nestes concelhos.

Na cidade de Castelo Branco está localizado o Instituto Politécnico de Castelo Branco (IPCB), cuja cultura institucional se caracteriza pela riqueza proveniente da diversidade e singularidade próprias de cada uma das seis escolas (Agrária, Artes Aplicadas, Educação, Saúde, Tecnologia e Gestão). O desenvolvimento do IPCB assenta em pilares claramente identificados no seu plano estratégico, caracteriza-se pela exigência de elevados níveis de qualidade, internacionalmente reconhecidos. A disponibilização de um leque alargado de ofertas formativas, ao nível graduado e pós-graduado, a forte ligação ao mundo empresarial, educativo, social, cultural e a estreita articulação com o mercado de trabalho são apostas que garantem aos diplomados uma formação integral. A disponibilização de programas de aprendizagem ao longo da vida permite, ainda, aos que já são possuidores de formação superior ou que já estão inseridos no mercado, a adaptação necessária aos novos desafios e às novas exigências.

Na cidade da Covilhã localiza-se a Universidade da Beira Interior (UBI), que é uma instituição de referência a nível do ensino, investigação, inovação e empreendedorismo. A evolução do número de cursos e do número de estudantes tem sido crescente ao longo dos anos. Com uma aposta constante numa formação sólida nos mais diferentes saberes, distribuídos pelas cinco faculdades: Faculdade de

Ciências, Faculdade de Engenharia, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Faculdade de Artes e Letras e Faculdade de Ciências da Saúde.

A taxa de analfabetismo sofreu um decréscimo em todas as sub-regiões do distrito de Castelo Branco entre 1991 e 2011. Este decréscimo foi mais significativo no distrito do que a nível nacional. A nível distrital, as assimetrias da taxa de analfabetismo não são significativas, revelando-se entre as zonas rurais (Oleiros, Penamacor e Idanha-a-Nova), que apresentam uma taxa bastante elevada e as zonas urbanas (Castelo Branco, Covilhã e Fundão), com uma taxa mais baixa (**Tabela 4.3**). O concelho de Idanha – a-Nova apresenta o maior valor de taxa de analfabetismo, 20,6% em 2011. O concelho de Castelo Branco é o que apresenta menor taxa de analfabetismo, 7,0% em 2011.

Tabela 4.3: Taxa de analfabetismo (%) do Distrito de Castelo Branco, 1991, 2001, 2011

Concelhos	1991	2001	2011
Portugal	11,0	9,0	5,2
Beira Interior Sul	22,7	17,4	10,1
Castelo Branco	17,3	12,6	7,0
Idanha-a-Nova	37,4	32,1	20,6
Penamacor	32,7	28,8	20,2
Vila Velha de Ródão	22,9	20	12,7
Cova da Beira	18,8	14	8,7
Belmonte	20,8	15,7	10,5
Covilhã	15,6	11,9	7,3
Fundão	23,7	17,3	10,7
Pinhal Interior Sul	24,5	19,8	11,8
Oleiros	30,9	24	15,7
Proença-a-Nova	25,6	20,5	13
Sertã	23	19,4	10,2
Vila de Rei	21,4	15,7	11,1

Fonte: INE – Recenseamento geral da população 1991, 2001 e 2011

A nível do envolvimento da população idosa em cursos de educação e formação de adultos é notório um baixo envolvimento nestas atividades formativas nos municípios onde se efetuou esta investigação, devendo-se o mesmo essencialmente às escassas iniciativas de formação em contexto empresarial ou dinamizadas pelas instâncias públicas. Em relação ao sistema de proteção social desta região, é importante ter a noção que as pensões de velhice são aquelas que registam maior número de

pensionistas. De acordo com os dados da Segurança Social (2015), os beneficiários de pensões de velhice no município de Castelo Branco representam um total de quarenta e sete mil pessoas. Em relação ao Complemento Solidário para Idosos (CSI), que é um apoio em dinheiro pago mensalmente às pessoas idosas de baixos recursos, com idade igual ou superior à idade normal de acesso à pensão de velhice do regime geral de Segurança Social, ou seja, 66 anos e residentes em Portugal. No caso concreto do município de Castelo Branco foram beneficiários do CSI no ano de 2015 no total de três mil, cento e oitenta e duas pessoas.

Em relação à caracterização institucional, este distrito possui cento e oitenta Organizações Não Governamentais (ONG) de Solidariedade Social, distribuídas pelos onze municípios. Os municípios com mais instituições são os de Castelo Branco, a que não é alheio o facto de aí se situar a capital de distrito, com quarenta Instituições (22,2%) e o Fundão com trinta e nove Instituições (21,7%). O terceiro município com maior número de instituições é o da Covilhã com trinta e quatro Instituições (18,9%).

A distribuição das instituições reflete a distribuição demográfica no sentido em que os concelhos onde existem os maiores agregados populacionais são também aqueles onde existe um maior número de instituições e, inversamente, regista-se um menor número de instituições nos concelhos mais deficitários a nível demográfico. Em termos de natureza jurídica, a maioria das Instituições são Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS): existem 113 (62,8%). Em seguida, mas em número bastante inferior, surgem as Misericórdias e os Centros Paroquiais, respetivamente com 22 (12,2%) e 14 (7,8%). Em menor número surgem as Fundações: existem apenas 2 em todo o distrito representando 1,1%. Em termos de população que é privilegiada na atividade das organizações, verifica-se que 146 (81,1%) Instituições dedicam a sua intervenção às pessoas idosas e as respostas sociais que existem em maior número no distrito são Serviço de Apoio Domiciliário (72,8%) e o Centro de Dia (63,3%), facto ao qual não é alheio a problemática do envelhecimento do distrito.

As atividades empresariais e socioculturais decorrem em todos os concelhos, Castelo Branco na qualidade de capital de distrito congrega alguns dos principais serviços públicos da região e é também sede da Associação Empresarial da Região de Castelo Branco (NERCAB), da Associação Comercial e Industrial de Castelo Branco (ACICB), da Associação de Produtores de Azeite da Beira Interior, da Associação de Produtores Florestais da Beira Interior, da Associação para Desenvolvimento da Raia Centro (ADRACES) e de outras Associações Culturais.

No centro da cidade, local de encontro e lazer, situam-se os principais equipamentos culturais: o Centro de Cultura Contemporânea de Castelo Branco (CCCCB), o Cine-Teatro Avenida, a Biblioteca Municipal, o Cybercentro e a Universidade Sénior Albicastrense (USALBI). A nível local existem programas de intervenção autárquica na promoção do envelhecimento ativo que abrangem programas da prática de atividade física, ambientais, de ação social, socioculturais e educacionais, habitacionais e de saúde.

A maioria dos programas sociais, culturais e formativos do distrito de Castelo Branco tem como público-alvo a população com 65 e mais anos e traduz-se em iniciativas que vão desde a promoção de atividades culturais e de lazer, intervenções ambientais até a apoios sociais. Em certos casos, os programas são implementados por grupos ou associações na sociedade civil, mas financeiramente suportados pelas autarquias. É o que acontece com certas Universidades Seniores, a Universidade Sénior Albicastrense (USALBI) é um dos exemplos de uma das principais respostas sociais para os cidadãos com 50 e mais anos do concelho de Castelo Branco, sendo um veículo promotor da prática de atividade física, possui um carácter educativo, melhorando a integração social e cultural através de atividades científicas e recreativas.

4.2. Caracterização geral das instituições participantes

As cinco Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense - USALBI, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã e Universidade Sénior de Proença-a-Nova), são todas elas membros da RUTIS e no que concerne ao ano de fundação podemos verificar que a mais antiga, a Academia Sénior da Covilhã, foi fundada no ano 2000 e a mais recente, a Universidade Sénior de Proença-a-Nova surgiu em 2013. Todas elas estão agregadas a uma associação e fazem parceria com a Câmara Municipal do respetivo município, em todas, também, os professores são voluntários (**Tabela 4.4**).

Tabela 4.4: Caracterização das Universidades Seniores do Distrito de Castelo Branco no Ano Letivo 2013/2014

Universidade Sénior	Ano Fundação	Entidade Enquadradora	Parceiros	Participantes na investigação	Professores
Academia Sénior da Covilhã	2000	Associação Cultural de Jubilados da Beira Interior	Câmara Municipal da Covilhã	90	18
Universidade Sénior Albicastrense (USALBI)	2005	Associação Amato Lusitano	Câmara Municipal de Castelo Branco	320	45
Academia Sénior do Fundão	2007	Centro Assistencial Cultural Formativo do Fundão	Câmara Municipal do Fundão	80	17
Academia Sénior da Sertã	2010	Centro de Cultura e Desporto da Sertã	Câmara Municipal da Sertã	100	20
Universidade Sénior de Proença-a-Nova	2013	Projeto CLDS-AGIR Proença-a-Nova	Câmara Municipal de Proença-a-Nova	70	15

Em particular, quanto à oferta formativa destas Universidades Seniores esta inclui um conjunto de disciplinas que tem subjacente uma componente cultural, prática e social. Esta oferta vai ao encontro das particularidades e tradições das populações onde estão localizadas estas associações, embora a maioria das disciplinas seja idêntica em todas elas. Na **Tabela 4.5**, verifica-se a diversidade de disciplinas que caracterizam a

Academia Sénior da Covilhã. Neste âmbito, salienta-se uma oferta cultural que engloba uma disciplina de Geriatria, o que revela um interesse desta comunidade por questões relacionadas com o envelhecimento. Na oferta prática, as TIC dividem-se em 2 níveis (Nível I e II), existindo a componente musical com a presença de coro e danças de salão e a atividade física com ginástica e hidroginástica. Destaca-se ainda a edição de uma revista anual que vai no nº 13, e que pretende divulgar todas as atividades inseridas na academia, nomeadamente visitas de estudo, espetáculos, as festas (São Martinho, ceia de Natal, baile de Carnaval, arraial de S. João) e as iniciativas e exposições de trabalhos realizados ao longo do ano letivo.

Tabela 4.5: Oferta formativa da Academia Sénior da Covilhã no Ano Letivo 2013/2014

Instituição	Nº de disciplinas	Oferta cultural	Oferta prática	Oferta social
Academia Sénior da Covilhã	16	Línguas: - Inglês I e II - Francês História da Arte História de Portugal Psicologia Filosofia Geriatria Partilhas de leitura Literatura	TIC: Informática I e II Expressão Plástica Cantares e Cavaquinhos Coro Danças de Salão Piano Ginástica Hidroginástica	Edição de uma Revista anual: “Revista da Academia Sénior da Covilhã” Conferências Tertúlias Exposições Eventos Visitas de Estudo

A Universidade Sénior Albicastrense (USALBI), está localizada na capital de distrito, Castelo Branco, e é aquela que tem maior dimensão, com maior número de participantes, professores e disciplinas. No que concerne às disciplinas, existe uma variedade de conteúdos que são abordados e que vão ao encontro dos interesses e tradições da comunidade albicastrense. Em relação à componente cultural esta é vasta e vai desde as temáticas relacionadas com as ciências sociais até aos cuidados de saúde, passando por temas psicossociais com relevância para o Bem-estar, o que mostra a necessidade de promover conteúdos que contribuam para o alcance de uma melhor qualidade de vida neste público. A oferta prática também é bastante diversificada e engloba as TIC, distribuídas por 3 níveis (Nível I, II, III), bem como as atividades recreativas com incidência no ensino de alguns instrumentos musicais,

destacando-se o adufe que é um instrumento musical característico do distrito de Castelo Branco. A existência de uma Tuna e de um Rancho dinamizam a vertente sociocultural com a participação em vários festivais e encontros durante o ano letivo. Quanto à oferta social, também esta é muito preenchida e abrange muitas atividades que vão desde Conferências, a Convívios Intergeracionais, ações de voluntariado (Tabela 4.6).

Tabela 4.6: Oferta formativa da Universidade Sénior Albicastrense (USALBI) no Ano Letivo 2013/2014

Instituição	Nº de disciplinas	Oferta cultural	Oferta prática	Oferta social
Universidade Sénior Albicastrense (USALBI)	36	Línguas: - Inglês I, II, III - Francês - Língua Russa História Regional História da Arte Psicologia e Bem-estar Temas Psicossociais Direito Astronomia Cidadania e Ambiente Civilização Russa Cuidados de Saúde Jornalismo Matemática Património Poetas e Escritores Português/Literatura Religião e Moral	TIC: Informática I,II e III Pintura Artes Decorativas O Nosso Atelier Bordados Adufes Guitarra Instrumentos de Sopro Fados Rancho Teatro Tuna Ginástica Hidroginástica Ioga Tai chi/Chi kung Segurança e Utilização de Energia Elétrica Jardinagem em Casa	Edição de Livros Conferências <i>Workshops</i> Tertúlias Exposições Eventos Convívios Intergeracionais Concursos Visitas de Estudo Voluntariado

A Academia Sénior do Fundão, como se pode observar na **Tabela 4.7** também comporta um conjunto de disciplinas multidimensionais que se revestem de uma dimensão sociocultural e prática. A oferta cultural é semelhante às outras instituições com relevo para as línguas, leitura e escrita, bem como para as disciplinas relacionadas com cidadania e Bem-estar, existindo também uma disciplina de Geriatria. Na oferta prática, as TIC dividem-se em 2 níveis (Nível I e II), nas artes práticas destaca-se a pintura a óleo e os bordados, nas atividades recreativas também se verifica a existência de uma Tuna e Danças de Salão. A oferta social envolve exposições de trabalhos realizados durante o ano letivo e visitas de estudo.

Tabela 4.7: Oferta formativa da Academia Sénior do Fundão no Ano Letivo 2013/2014

Instituição	Nº de disciplinas	Oferta cultural	Oferta prática	Oferta social
Academia Sénior do Fundão	16	Línguas: - Inglês I e II - Francês Património Cultural Geriatría Oficina de leitura/ escrita Cidadania Saúde e Bem-estar	TIC: Informática I e II Bordados Artes Decorativas Pintura a óleo Cavaquinho e Viola Danças de Salão Tuna Ginástica Hidroginástica loga massagem	Exposições Visitas de Estudo

A Academia Sénior da Sertã conta com uma oferta de 19 disciplinas de diversas áreas (**Tabela 4.8**) com predomínio de uma oferta cultural direcionada para a História, para o Turismo e Património. Na oferta prática, as TIC dividem-se em 3 níveis (Nível I, II, III), existe um grupo de teatro e de música bem como a presença do desporto sénior e ioga. Quanto à oferta social é idêntica às outras instituições, abrangendo exposições, visitas de estudo, conferências e eventos.

Tabela 4.8: Oferta formativa da Academia Sénior da Sertã no Ano Letivo 2013/2014

Instituição	Nº de disciplinas	Oferta cultural	Oferta prática	Oferta social
Academia Sénior da Sertã	19	Línguas: - Inglês I, II, III - Francês - Espanhol História Local Património Cultural História das Religiões História Mundial Turismo Cultural Design de Moda Primeiros Socorros Alimentos Funcionais	TIC: Informática I, II, III Bordados Artes Decorativas Teatro Música Desporto Sénior Ioga/Reiki Danças de Salão	Exposições Visitas de Estudo Conferências Eventos

A Universidade Sénior de Proença-a-Nova proporciona disciplinas que constituem uma oferta formativa que vai desde o Inglês até à Ciência Viva. Na oferta prática, as TIC dividem-se em 2 níveis (Nível I e II). E estão igualmente presentes as artes decorativas, o Teatro, a Música e a Atividade Física. A oferta social envolve ainda outras atividades, desde visitas de estudo até comemorações de dias festivos (**Tabela 4.9**).

Tabela 4.9: Oferta formativa da Universidade Sénior de Proença-a-Nova no Ano Letivo 2013/2014

Instituição	Nº de disciplinas	Oferta cultural	Oferta prática	Oferta social
Universidade Sénior de Proença-a-Nova	16	Línguas: - Português - Inglês História Local e Regional História das Religiões Direito e Cidadania Ciência Viva Literatura Portuguesa Cultura Geral Saúde	TIC: Informática I e II Artes Decorativas Atividades Manuais Música Teatro Ginástica Hidroginástica	Visitas de Estudo Convívios Intergeracionais <i>Workshops</i> Tertúlias Comemorações de dias festivos

Relativamente à oferta formativa em TIC, do contato que foi estabelecido com as cinco Universidades Seniores envolvidas na investigação, verificou-se que na Academia Sénior da Covilhã, na Academia Sénior do Fundão e Universidade Sénior de Proença-a-Nova os conteúdos TIC dividem em dois níveis, na USALBI e na Academia Sénior da Sertã os conteúdos TIC estão divididos em três níveis. Para cada nível, os conteúdos são uniformes a todas as instituições conforme se pode observar no **Tabela 4.10**, o Nível I refere-se à Introdução à Informática aos Sistemas Operativos e são dadas algumas noções de *Hardware* e *Software*. O Nível II inclui o Microsoft Office, onde estão incluídos os seguintes programas: Word, Excel e PowerPoint. Dentro deste nível, ainda se abordam temáticas relacionadas com a Internet, tais como política de privacidade, motores de pesquisa (Google), Correio Eletrónico (*email*) e Redes Sociais Digitais (*Facebook*). O Nível III integra conteúdos de Multimédia e Tratamento de Imagem.

Tabela 4.10: Conteúdos de TIC das Universidades Seniores do Distrito de Castelo Branco no Ano Letivo 2013/2014

Nível	Conteúdos
Nível I	Introdução à Informática Sistemas Operativos Conceito: <i>Hardware e Software</i>
Nível II	Microsoft Office (Word, Excel e PowerPoint) Internet <ul style="list-style-type: none"> • Política de privacidade: perigos • Pesquisa: Google • Correio eletrónico: criação de <i>email</i> • Redes Sociais Digitais: <i>Facebook</i>
Nível III	Multimédia Tratamento de Imagem

Segundo informação obtida junto dos professores de TIC, não existe propriamente um programa ou manual específico, uma vez que cada professor tenta adaptar as aulas de acordo com a capacidade e interesse dos participantes. Relativamente ao número de turmas e de participantes inseridos em cada nível, este varia consoante o número de pessoas existente na disciplina. As Universidades Seniores com mais participantes têm mais turmas de TIC, mas, todas elas procuram, dentro do possível, incluir os participantes em cada nível de acordo com o seu conhecimento ou experiência em TIC. Verifica-se que existem mais turmas no Nível I e II, pois a maioria dos participantes destas universidades nunca tinham contactado com as TIC. Os restantes participantes que frequentam o Nível III são aqueles que já frequentaram a iniciação ou porque alguns deles quando se inscreveram já tinham conhecimentos nesta área e por essa, razão foram integrados numa turma mais avançada.

As aulas de TIC, na maioria das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco, funcionam nas próprias instalações das instituições e algumas em espaços próprios cedidos pela autarquia. Cada aula de TIC tem a duração média de uma hora. A formação em TIC tem um grande peso no conjunto de toda a restante oferta formativa, sendo procurada sobretudo por participantes interessados em aprender a utilizar as potencialidades da Internet. De um modo global, do contacto efetuado com a direção de cada instituição foi possível apreender que todas as salas de aula estão apetrechadas com bons equipamentos informáticos, com computadores com boa

capacidade e, em alguns casos, são os próprios participantes que levam os seus computadores portáteis. As salas de aula estão bem posicionadas e com iluminação adequada. É de salientar que recentemente uma Universidade Sénior adquiriu quadros interativos para as suas salas de aula, equipamento este, que facilita em muito, o ensino e aprendizagem das TIC para esta população.

CAPÍTULO V: METODOLOGIA

O Capítulo V tem como finalidade apresentar o percurso metodológico seguido durante a investigação. Apresenta-se a constituição das amostras (5.1.), enuncia-se as considerações éticas (5.2.). Posteriormente, centra-se a atenção nos instrumentos e procedimentos na recolha de dados (5.3.), enfatizando o Inquérito por Questionário (5.3.1.) e a Entrevista Semiestruturada (5.3.2.). Finaliza-se o capítulo referindo algumas noções sobre a triangulação de dados (5.4.).

5.1. Constituição das amostras

A presente investigação inclui sobre o universo constituído pelos cidadãos com 50 e mais anos em situação de formação nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense (USALBI), Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã e Universidade Sénior de Proença-a-Nova) num total de 660 indivíduos. A amostra foi constituída pelos 374 indivíduos que devolveram os questionários preenchidos, depois de estes serem enviados a todo o universo. Esta amostra subdivide-se em duas subamostras: participantes **com aprendizagem em TIC** (186) e participantes **sem aprendizagem em TIC** (188). Estas subamostras visaram recolher dados através de um inquérito por questionário, as opiniões e experiências relacionadas com as TIC, em particular com o computador e Internet, dos participantes das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco.

Não sendo uma amostra aleatória, não pode ser considerada, em rigor, uma amostra representativa da população e não podem ser utilizados testes estatísticos desenvolvidos para aplicação em situações de probabilidade. Contudo, tendo em conta a dimensão da amostra (374 indivíduos), o método utilizado na sua seleção, e a homogeneidade que tem sido reconhecida nas principais características da população com 50 e mais anos da região de Castelo Branco levou na análise a utilizar o teste qui-quadrado com o objetivo de encontrar algumas tendências nas variáveis em estudo, assumindo-se o valor 0,05 com o nível significância dos resultados ($p\text{-valor} < 0,05$). De acordo com Pestana e Gageiro (2005), embora este teste estatístico deva ser utilizado apenas em amostras aleatórias, a prática tem demonstrado que ele pode ser útil com amostras cuja responsabilidade é avaliada pelo investigador.

Segundo Maroco (2007), o teste qui-quadrado de *Pearson* serve para testar se duas ou mais amostras (ou grupos) independentes diferem relativamente a uma determinada característica, ou seja, se a frequência com que os elementos da amostra se repartem

pelas classes de uma variável nominal categorizada é ou não idêntica. Para Pestana e Gageiro (2005), o teste de independência do qui-quadrado de *Pearson*, quando aplicado a variáveis nominais, permite inferir os resultados da amostra aleatória para o universo.

Uma segunda amostra incluiu os 5 Diretores das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco com o objetivo de recolher as opiniões destes responsáveis, no que diz respeito, em particular, aos fatores sociais e culturais envolvidos na aprendizagem das TIC por parte dos participantes. Nas entrevistas semiestruturadas realizadas, pretende-se perceber qual o potencial impacto no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» desta aprendizagem ao longo do processo de envelhecimento e conhecer as políticas sociais sugeridas pela direção destas universidades para melhorar a aprendizagem das TIC nesta população com vista a uma infoinclusão que permita uma igualdade de oportunidades, e por consequência, uma inclusão social.

Uma terceira amostra é constituída por 5 Professores de TIC das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco com a finalidade de recolher as opiniões destes formadores relativamente às estratégias/metodologias de ensino utilizadas nas aulas, bem como conhecer as competências digitais adquiridas pelos participantes e o potencial impacto no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» no processo de envelhecimento.

Uma quarta amostra foi constituída por 10 Participantes das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (1 Homem e uma 1 Mulher de cada universidade) que já frequentaram uma formação em TIC nessas respetivas universidades com a finalidade de entender a importância que cada participante atribui às TIC na sua formação e o real impacto que esta aprendizagem causou no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» na sua vida quotidiana.

5.2. Considerações éticas

Nas ciências sociais a investigação reveste-se por códigos de ética. Com efeito, segundo Fortin (2009), qualquer investigação efetuada junto de seres humanos levanta questões morais e éticas. Para esta autora, a ética é, no seu sentido mais amplo, a ciência da moral e a arte de dirigir a conduta, sendo um conjunto de permissões e de interdições que têm um valor enorme na vida dos indivíduos. Os princípios éticos assentam em três máximas fundamentais: o respeito pelas pessoas, a beneficência e a justiça.

O respeito pelas pessoas considera que estas devem ser tratadas com autonomia e, se essa autonomia for reduzida, devem ser protegidas. Significa que os investigadores devem reconhecer as opiniões e escolhas dos participantes. Ainda, o respeito pelas pessoas exige que os indivíduos façam parte da investigação de forma voluntária e com informação adequada, garantindo que os indivíduos iniciam ou findam a sua participação voluntariamente. Este princípio pode ser honrado através da assinatura do Consentimento Informado. O princípio da beneficência considera dois pontos importantes: a investigação não deve causar dano e deve maximizar os benefícios e minimizar os riscos e eventuais prejuízos (Hicks, 2011). O princípio da justiça estabelece a equidade como condição essencial. Entende-se que é obrigatório distribuir igualmente os riscos e os benefícios na participação. O recrutamento e a seleção dos participantes devem assim ser feitos de maneira equitativa, não sendo permitido que um grupo de pessoas seja sujeito a riscos para que outros possam beneficiar.

Perante esta exposição, que revela as preocupações éticas que devem estar presentes em qualquer investigação, é de referir que o caso concreto desta investigação, foi solicitada a respetiva autorização aos Diretores das Universidades Seniores do distrito

de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense - USALBI, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã, Universidade Sénior de Proença-a-Nova).

Neste âmbito, foram apresentados os objetivos e atividades inerentes à sua concretização e foi emitida uma Carta de pedido de autorização (**Apêndice A**), a qual foi devidamente autorizada por cada Diretor das respetivas Universidades Seniores. A participação dos Diretores, dos Professores de TIC e dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC para responder às questões da entrevista semiestruturada foi mesmo assim voluntária e todos foram previamente informados sobre os objetivos da investigação e informados do compromisso da investigadora em manter sob sigilo as suas identidades. De acordo com a ética da investigação, preparou-se uma folha de Consentimento Informado (**Apêndice B**) que foi distribuída e assinada por todos os participantes antes de iniciar a aplicação dos questionários e entrevistas. Os dados recolhidos foram todos codificados, não sendo de forma alguma, relacionados com os participantes. Deste modo, os Diretores foram codificados de «D1 a D5», os Professores de TIC de «P1 a P5» e os Participantes que já frequentaram uma formação em TIC de «S1 a S10». Procedeu-se, também, à codificação aleatória das Universidades Seniores participantes.

5.3. Instrumentos e procedimentos na recolha de dados

Os instrumentos utilizados para a recolha de dados incluem um questionário aplicado aos participantes com 50 e mais anos com aprendizagem em TIC nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco e outro questionário aplicado aos participantes com 50 e mais anos sem aprendizagem em TIC nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco e a realização de entrevistas semiestruturadas aos Diretores, Professores de TIC e aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas respetivas universidades.

5.3.1. Inquérito por Questionário

A utilização de um inquérito por questionário traduz-se na colocação de uma série de perguntas relacionadas com o ponto de interesse do investigador a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população. Para Cervo e Bervian (1983) é a forma mais usada para recolher dados, pois possibilita com melhor exatidão conhecer o que se deseja.

Relacionado com a forma de administração, este pode ser de administração indireta ou direta: indireta, quando o próprio investigador o completa a partir das respostas que lhe são fornecidas pelo inquirido, e de administração direta, sempre que é o próprio inquirido que o completa. Nesta pesquisa, optou-se pela administração direta. Uma das principais vantagens associadas ao questionário é a possibilidade de “(...) quantificar uma multiplicidade de dados e de proceder, por conseguinte, a numerosas análises de correlação (...)” (Quivy & Campenhoudt, 2008, p. 189).

Considerou-se que a técnica mais adequada para chegar a mais pessoas em menos tempo seria o questionário e nesta investigação a administração do questionário pretendeu recolher experiências e opiniões dos participantes das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco sobre questões relacionadas com as TIC, em particular com o computador e Internet, no sentido de se poder apurar qual o impacto da aprendizagem das TIC ao nível do seu «Bem-estar mental» e «Bem-estar social».

Os critérios adotados para a elaboração, distribuição e recolha do questionário tiveram em linha de conta os seguintes procedimentos:

1º Inicialmente, a 1ª versão do questionário foi constituída por um único exemplar aplicado a uma subamostra da população-alvo através do Pré-teste I.

2º Após esta avaliação prévia, resultou um questionário muito extenso que foi constituído por um exemplar administrado aos participantes com aprendizagem em TIC e aos participantes sem aprendizagem em TIC. Feita a validação pelo «método dos juízes», através de especialistas nas áreas da Política Social e em TIC, surgiu a 2ª versão com dois exemplares de questionários menos extensos: um a ser administrado aos participantes com aprendizagem em TIC (**Questionário A**) e outro aos participantes sem aprendizagem em TIC (**Questionário B**), com algumas semelhanças entre eles na sua conceção com o objetivo de se poder comparar/contrastar os dois grupos envolvidos. Neste âmbito e, tendo em conta aspetos qualitativos e quantitativos da investigação, na **Q17** do **Questionário A** que é igual à **Q13** do **Questionário B**, obrigou a que as afirmações tenham sido todas colocadas na afirmativa e houve também a necessidade de serem «curtas», de tipo «telegráfico», uma vez que no Pré-teste I os respondentes tiveram muita dificuldade e demoraram muito tempo a interpretar estas afirmações, pois umas estavam na afirmativa e outras estavam na negativa.

3º A 2ª versão foi submetida novamente à validação pelo «método dos juízes», através de especialistas nas áreas da Política Social e em TIC e aplicada a uma subamostra da população-alvo através do Pré-teste II.

4º Após esta segunda avaliação e recolha de algumas sugestões, foram feitos pequenos ajustes de pormenor e foi finalmente elaborada a versão final dos dois questionários que posteriormente foram administrados durante o período de março a junho de 2014, conforme se pode verificar na **Tabela 5.1**, que se encontra no final deste capítulo, e que mostra a calendarização da recolha de dados.

5º A distribuição dos questionários teve a colaboração dos Diretores das Universidades Seniores dentro do horário letivo de cada Universidade Sénior. O número de questionários entregues foi igual ao número de participantes com aprendizagem em TIC e ao número de participantes sem aprendizagem em TIC existentes em cada Universidade Sénior.

6º Foram distribuídos um total de 260 questionários, aos participantes com aprendizagem em TIC dos quais foram devolvidos 186, ou seja, uma taxa de devolução de 71%; no que diz respeito aos participantes sem aprendizagem em TIC foram

distribuídos um total de 400 questionários, dos quais foram devolvidos 188, ou seja, uma taxa de devolução de 47%.

7º A recolha dos questionários teve a colaboração igualmente dos Diretores das Universidades Seniores e de alguns Professores.

A estrutura do **Questionário A** foi elaborada com 26 questões divididas em quatro partes (**Apêndice C**):

i) **Parte I – Aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet**

Q1-Q4

Recolha de dados com o seguinte objetivo:

- Efetuar um levantamento dos principais fatores que poderão explicar a escolha pela aprendizagem das TIC: computador e Internet;
- Conhecer os principais interesses que levam os participantes a aprender TIC;
- Conhecer as principais dificuldades que são encontradas na aprendizagem das TIC;
- Obter informação sobre o que estes participantes gostariam de aprender mais em matéria de computadores.

ii) **Parte II – Utilização das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet**

Q5-Q14

Recolher informação sobre a utilização das TIC por parte dos participantes, relativamente a:

- Local de utilização do computador;
- Frequência de utilização do computador;

- Tempo de utilização do computador;
 - Finalidade de utilização do computador;
 - Frequência de acesso à Internet;
 - Tempo de utilização da Internet;
 - Finalidade de utilização da Internet;
-
- Fazer um levantamento dos perigos da Internet considerados por estes participantes.

iii) Parte III – Representações do Envelhecimento

Q15-Q17

Recolher dados com o objetivo de compreender:

- As representações dos participantes relativamente ao seu próprio envelhecimento;
- O grau de satisfação que os participantes têm com a sua vida em geral;
- O impacto da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento.

iv) Caracterização Geral

Q18-Q26

Dados pessoais dos participantes com aprendizagem em TIC:

- Elementos sociodemográficos: Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão e Rendimento.
- Envolvente familiar e social: Constituição do agregado familiar, Situação atual (reformado ou ativo), Freguesia de residência.

A estrutura do **Questionário B** assenta em 22 questões, divididas em três partes (**Apêndice D**):

i) Parte I – Aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet

Q1-Q8

Recolha de dados com o seguinte objetivo:

- Efetuar um levantamento dos principais fatores que poderão explicar a não aprendizagem das TIC: computador e Internet;
- Compreender se estes participantes gostavam de aprender TIC: Computador e Internet;
- Conhecer a opinião destes participantes sobre a aprendizagem das TIC;
- Conhecer o potencial local de utilização do computador destes participantes;
- Conhecer a potencial finalidade de utilização do computador por estes participantes;
- Conhecer a potencial finalidade de utilização da Internet por estes participantes;
- Fazer um levantamento dos perigos da Internet considerados por estes participantes.

ii) Parte II – Representações do Envelhecimento

Q9-Q13

Recolher dados com o objetivo de compreender:

- As representações dos participantes relativamente ao seu próprio envelhecimento;
- O grau de satisfação que os participantes têm com a sua vida em geral;
- A opinião destes participantes sobre a discriminação das pessoas idosas em relação às TIC;
- O potencial impacto da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento.

iii) Caracterização Geral

Q14-Q22

Dados pessoais dos participantes sem aprendizagem em TIC:

- Elementos sociodemográficos: Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão e Rendimento.

- Envolvente familiar e social: Constituição do agregado familiar, Situação atual (reformado ou ativo), Freguesia de residência.

A elaboração de ambos os Questionários foi baseada fundamentalmente nos estudos apresentados no Capítulo I e no Capítulo III. O **Questionário A** e o **Questionário B** foi constituído por perguntas fechadas (quantitativas) e por perguntas abertas (qualitativas) algumas com e outras sem escolha múltipla. Optou-se também por incluir perguntas abertas por se acreditar que são um meio para que os respondentes tenham maior liberdade de expressar as suas opiniões sobre o computador e Internet.

A **Q17** do **Questionário A** e a **Q13** do **Questionário B** são iguais; houve a necessidade das afirmações estarem todas na afirmativa para melhor compreensão por parte dos respondentes. Estas questões têm como principal objetivo compreender o impacto da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento. Além desta situação, dividiram-se as afirmações que constam nestas questões em três *clusters*: mental, social, multidimensional, tendo em consideração o conceito de «Bem-estar» explorado no Capítulo I.

Ao *cluster* mental corresponde a:

- Memória **(1)**;
- Capacidades intelectuais **(2)**.

Ao *cluster* social corresponde a:

- Exercício da cidadania **(3)**;
- Comunicação **(4)**;
- Inclusão social **(5)**;
- Relação entre familiares – filhos e netos **(6)**;
- Solidão **(7)**;
- Isolamento **(8)**;
- Sentimento de modernidade **(12)**.

Ao *cluster multidimensional* corresponde a:

- Envelhecimento ativo (9);
- Autoestima (10);
- Autonomia (11);
- Bem-estar (13);
- Formação ao longo da vida (14).

O tratamento dos dados será fundamentalmente assente numa perspetiva qualitativa, contudo, sempre que se entender necessário ou pertinente, a análise poderá admitir uma valência quantitativa. Tal como refere Coutinho (2011, p. 131), “(...) numa investigação os dados obtidos necessitam de ser organizados e analisados e, como a maioria das vezes tomam uma forma numérica, procede-se à sua análise estatística”. O programa informático utilizado para a análise estatística dos dados dos Questionários foi o programa SPSS – *Statistical Package for Social Sciences*. Consensualmente (Bryman & Cramer, 1993; Pestana & Gageiro, 2005; Coutinho, 2011) este é o programa mais utilizado para o tratamento estatístico dos dados porque, de forma fácil, disponibiliza múltiplas técnicas e métodos estatísticos de modo a que facilmente se aceda aos dados, os transforme de acordo com os pressupostos analíticos da técnica que se pretende utilizar, selecione e aplique um procedimento de forma a obter um resultado.

5.3.2. Entrevista Semiestruturada

Os métodos de entrevista nas suas diferentes formas, distinguem-se pela aplicação essenciais de comunicação e interação humana “(...) corretamente valorizados, estes processos permitem ao investigador retirar das entrevistas informações e elementos de reflexão muito ricos (...)” (Quivy & Campenhoudt, 2008, p. 192). A entrevista caracteriza-se por um contato direto entre o investigador e o seu interlocutor e estabelece-se uma troca durante a qual o interlocutor exprime as suas perspetivas,

percepções e interpretações. Por sua vez, o investigador, através das suas questões abertas e reações, facilita a expressão do interlocutor, evita que ele se afaste dos objetivos e permite que o interlocutor atinja o máximo de autenticidade e profundidade (Carmo & Ferreira, 2008).

A entrevista pode ser estruturada, onde o investigador tem máximo controlo sobre o decorrer da entrevista e da sua análise e interpretação e, além disso, “(...) permite comparações entre os respondentes e denota uma maior fidelidade do que as formas de entrevistas menos estruturadas” (Fortin, 2003, p. 246). Relativamente à entrevista não estruturada, esta requer uma formulação de questões que não necessitam ser premeditadas, dando assim liberdade ao investigador para perceber o significado de acontecimentos ou fenómenos para os inquiridos. Assim, para Pardal e Lopes (2011) o que leva à escolha do tipo de entrevista a utilizar “(...) depende de diversos fatores, entre os quais destacamos o objeto de estudo e as características da população-alvo (...)” (p. 87).

Nesta investigação, as entrevistas aplicadas foram semiestruturadas, assumindo as características das duas anteriores, ou seja, permitem que o investigador siga as questões previamente pré-definidas, mas também lhe permite a liberdade de as alterar consoante o encaminhamento da entrevista, ampliando ou adicionando questões. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas a 5 Diretores das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco, a 5 Professores de TIC dessas universidades e a 10 Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nessas mesmas universidades. Para o efeito foi elaborado um guião para cada grupo dos entrevistados, que serviu para melhor se encaminhar o entrevistado para a prestação de opiniões de acordo com os objetivos previamente traçados.

Diretores das Universidade Seniores

O Guião de entrevista aos Diretores das Universidades Seniores foi composto por onze questões (**Apêndice E**) com o objetivo de conhecer a perceção dos Diretores sobre os seguintes aspetos:

- Os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes;
- A importância das TIC para a população idosa;
- A importância das TIC na formação ao longo da vida;
- A relevância das TIC em relação às outras disciplinas;
- Os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento;
- Recolher indicadores sobre as políticas sociais necessárias para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa;
- Recolher indicadores sobre as políticas sociais necessárias para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida;
- Recolher indicadores sobre as políticas sociais necessárias para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa.

Professores de TIC das Universidades Seniores

O Guião de entrevista aos Professores de TIC das Universidades Seniores foi composto por treze questões (**Apêndice F**) com os seguintes objetivos:

- Identificar o envolvimento do entrevistado nas Universidades Seniores;
- Conhecer a importância que atribui às TIC na formação ao longo da vida;
- Caracterizar a formação que se destina à população idosa;
- Conhecer as perceções dos professores sobre os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes;
- Conhecer as perceções dos professores sobre as competências digitais dos participantes e sua aplicabilidade no quotidiano;
- Caracterizar os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento;

- Sugerir alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

O Guião de entrevista aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores foi composto por dez questões (**Apêndice G**) com os seguintes objetivos:

- Identificar o envolvimento do entrevistado nas Universidades Seniores;
- Conhecer os fatores (pessoais, sociais e culturais) que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes;
- Conhecer a importância das TIC na formação ao longo da vida;
- Conhecer as competências digitais que os participantes obtiveram durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano;
- Caracterizar os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento.

Análise de conteúdo

Após a realização das entrevistas, estas foram gravadas em suporte digital com o consentimento dos entrevistados, posteriormente passou-se à transcrição das mesmas com a finalidade de se realizar a respetiva análise de conteúdo. De acordo com Ghiglione e Matalon (1997), através da análise de conteúdo é possível extrair dos dados *textuais* um sentido claro relativo ao verdadeiro sentido das opiniões recolhidas junto dos entrevistados. Para Bardin (2009), a análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise e de comunicação, visando obter por meios de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição dos conteúdos das mensagens, indicadores qualitativos e quantitativos, que propiciem a inferência relativamente às condições de produção e de receção dessas mensagens. A análise de conteúdo exige a categorização dos temas, a sua classificação e escolha dos trechos mais relevantes das entrevistas transcritas. Na verdade, a análise de conteúdo é “(...) um conjunto de técnicas de

análise de comunicações, que têm como objetivo ultrapassar as incertezas e enriquecer a leitura de dados (...)" (Mozzato & Grzybovski, 2011, p. 734).

Neste sentido, na opinião de Coutinho (2011), a análise de conteúdo consiste numa técnica que pretende tornar evidentes e quantificar a ocorrência de palavras/frases que venham a permitir uma comparação posterior. O que se pretende é transformar essas palavras/frases em *unidades de análise* para que se possam organizar em categorias e subcategorias que sejam representativas de determinadas realidades que estão subjacentes à investigação. Para o efeito, seguiu-se o protocolo proposto por Bardin (2009): i) Pré-análise; ii) Exploração do material recolhido; iii) Tratamento dos resultados onde se destaca a inferência e a interpretação.

As entrevistas aos Diretores e Professores de TIC das Universidades Seniores foram realizadas durante o período de janeiro e fevereiro de 2014 e as entrevistas aos Participantes que já frequentaram uma formação TIC nas Universidades Seniores foram realizadas entre abril e junho de 2014, conforme se verifica na **Tabela 5.1** colocada no final deste capítulo, onde mostra a calendarização da recolha de dados. Todas as entrevistas foram realizadas nas instalações das Universidades Seniores, a duração média destas, variou entre vinte a trinta minutos.

5.4. Triangulação de Dados

A triangulação de dados é uma forma de articular métodos quantitativos e qualitativos, combinar vários métodos qualitativos entre si, tendo em conta várias perspetivas sobre o fenómeno estudado. Permite também encontrar explicações alternativas existentes relativas ao estudo em causa. De acordo com Fortin (2003), é possível alargar os conhecimentos, cruzando a informação e obtendo uma melhor

reflexão, não sendo obrigatório a utilização dos mesmos métodos para todos os investigadores.

Nesta investigação, a triangulação dos dados vai consistir numa primeira fase à comparação dos dados recolhidos, através dos **Questionários A e B**, numa segunda fase na análise de conteúdo das entrevistas e numa terceira e última fase, terá em consideração a recolha dos dados recolhidos através da participação de todos os intervenientes da investigação: participantes com aprendizagem em TIC, participantes sem aprendizagem em TIC, Diretores das Universidades Seniores, Professores de TIC das Universidades Seniores e Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores. A visão particular e especializada de cada um dos intervenientes proporciona uma leitura mais global e mais abrangente dos diferentes pontos de vista sobre os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC e os impactos no «Bem-estar» ao longo do processo de envelhecimento.

Tabela 5.1: Calendarização da recolha de dados

Fases de Investigação	Tarefas	Datas
Fase inicial	Primeiro contacto com as Universidades Seniores Entrega de cartas de pedido de autorização	07,08, 09, 10, 11 outubro/2013
Fase de avaliação inicial	Autorização das Universidades Seniores	29, 30 outubro/2013
	Aplicação do Pré-teste I do Inquérito por Questionário	08, 09 novembro/2013
	Reformulação do Inquérito por Questionário	01 a 31 dezembro/2013
	Aplicação do Pré-teste II do Inquérito por Questionário	13, 14 janeiro/2014
Fase de desenvolvimento da investigação empírica	Administração dos Inquéritos por Questionário aos participantes das Universidades Seniores (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã, Universidade Sénior de Proença-a-Nova)	março a junho/2014
	Realização de Entrevistas Semiestruturas aos Diretores e Professores de TIC das Universidades Seniores.	janeiro e fevereiro/2014
	Realização de Entrevistas Semiestruturas aos participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores.	abril a junho/2014

CAPÍTULO VI: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS

O Capítulo VI tem como objetivo a apresentação e discussão dos resultados obtidos com a aplicação dos questionários. Neste capítulo procede-se à caracterização da amostra (6.1.). Posteriormente faz-se a análise dos resultados dos Inquéritos por Questionário (**Questionário A**: participantes com aprendizagem em TIC e **Questionário B**: participantes sem aprendizagem em TIC).

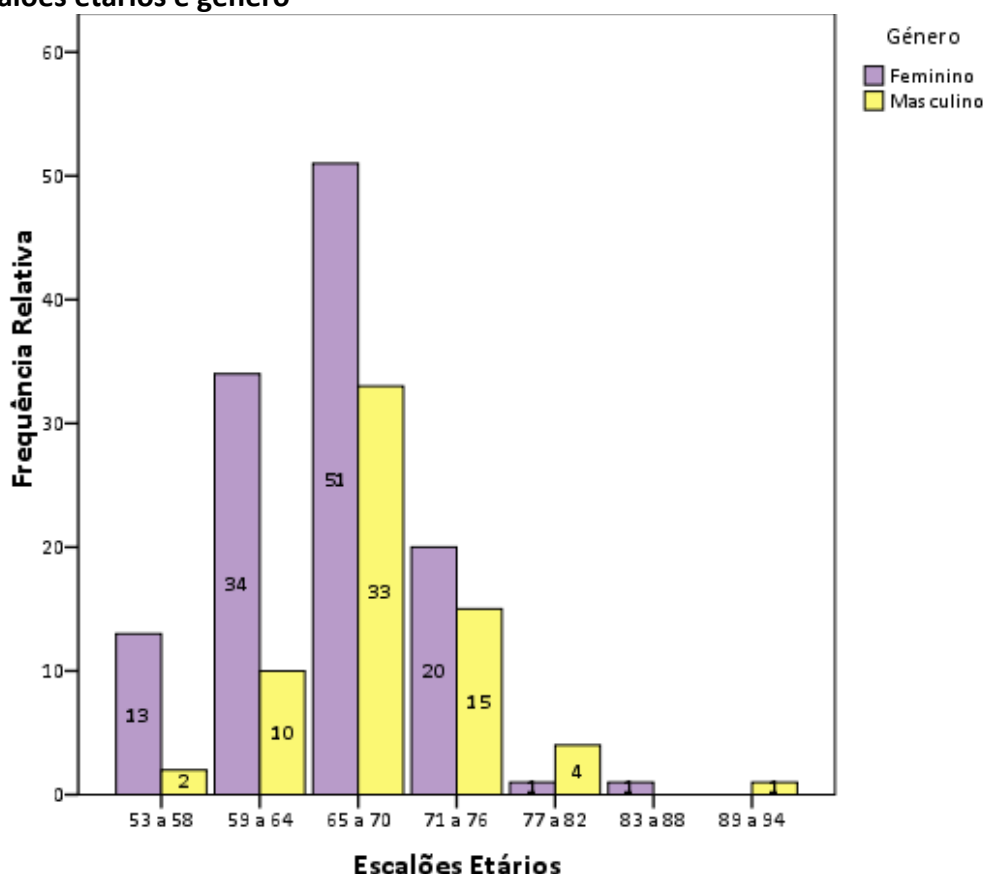
Inicia-se por fazer uma análise e tratamento dos dados do **Questionário A** (6.2.), apresentando nesta análise os fatores que influenciam a escolha pela aprendizagem das TIC (6.2.1.), o interesse e as dificuldades na aprendizagem das TIC (6.2.2.), e a utilização das TIC por parte dos participantes com aprendizagem em TIC (6.2.3.), neste âmbito faz-se referência à frequência, tempo e finalidade de utilização do computador e Internet (6.2.3.1.) e aos perigos na Internet para os participantes com aprendizagem em TIC (6.2.4.). Esta análise do **Questionário A** contempla também as representações do envelhecimento para estes participantes (6.2.5.) e os impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento (6.2.6.).

Seguidamente, faz-se uma análise e tratamento dos dados do **Questionário B** (6.3.), apresentando nesta análise os fatores que explicam a não aprendizagem das TIC (6.3.1.), a potencial utilização das TIC por parte dos participantes sem aprendizagem em TIC (6.3.2.) e neste contexto faz-se ainda alusão à potencial finalidade de utilização da Internet (6.3.2.1.) e aos perigos na Internet para os participantes sem aprendizagem em TIC (6.3.3.). Esta análise do **Questionário B** aborda também as representações do envelhecimento para estes participantes (6.3.4.) e os potenciais impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento (6.3.5.). Em seguida procede-se à análise comparativa dos **Questionários A e B** (6.4.).

6.1. Caracterização da amostra

Os participantes das Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco que responderam ao **Questionário A**: participantes com aprendizagem em TIC, foram 121 mulheres (65%) e 65 homens (35%). É notória a predominância dos elementos do género feminino, situação que é recorrente em todas as Universidades Seniores do país. Relativamente à distribuição dos participantes pelos diferentes escalões etários, o **Gráfico 6.1** permite constatar que a maioria, 84 participantes (45,4%), situa-se entre o escalão etário dos 65 a 70 anos de idade.

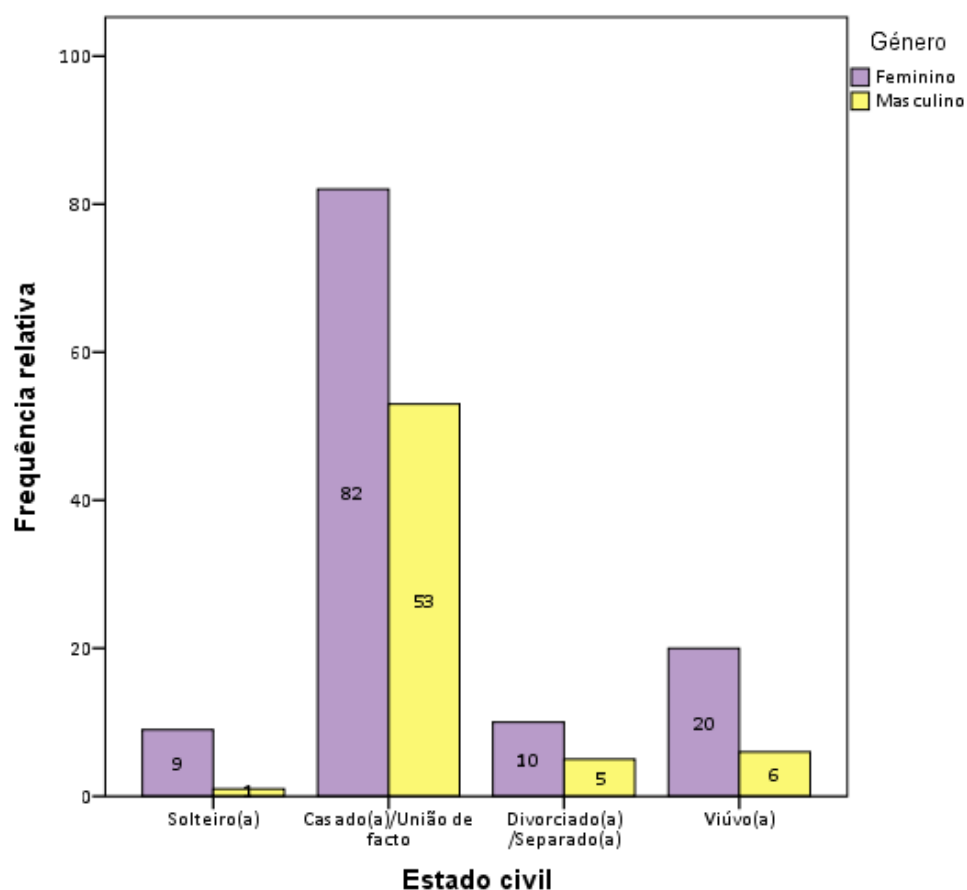
Gráfico 6.1: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por escalões etários e género



Relativamente ao estado civil destes participantes, através do **Gráfico 6.2** pode-se verificar, tal como seria de esperar, tendo em conta a realidade nacional, existe um número significativo de mulheres viúvas comparativamente a homens viúvos, e existe

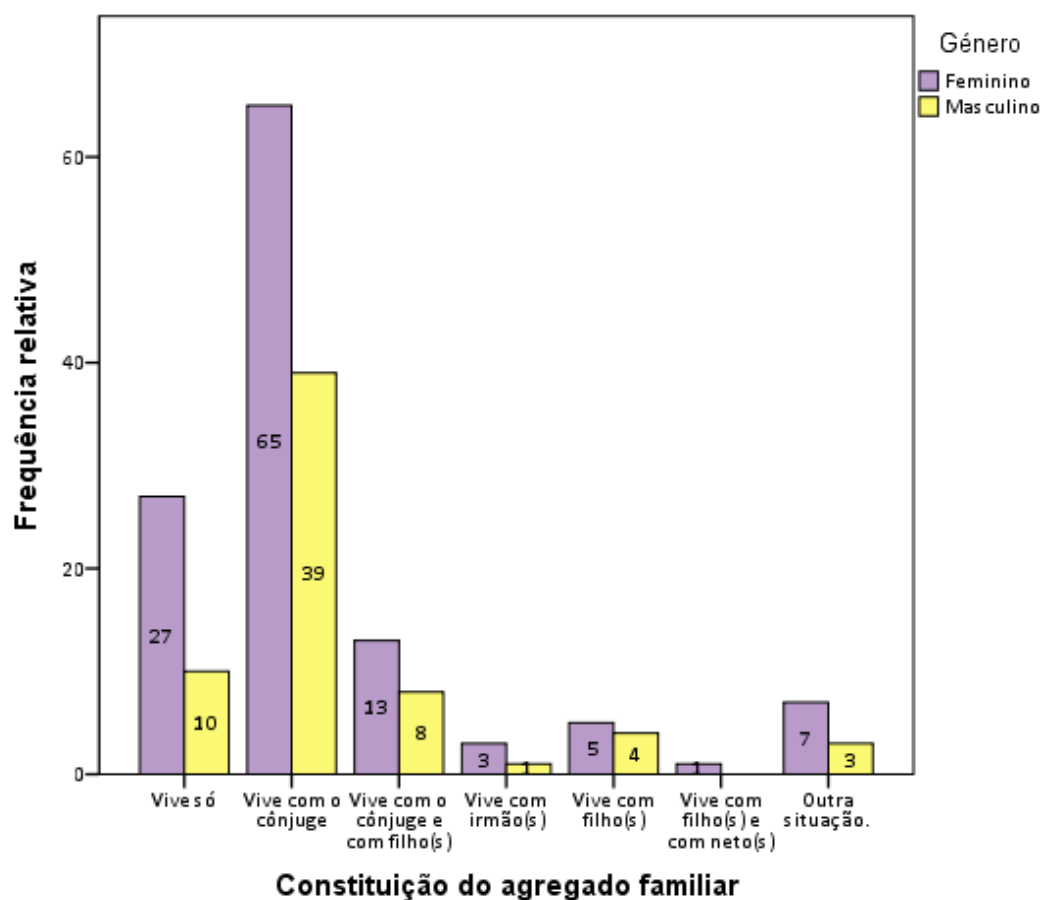
também um maior número de mulheres solteiras, embora a maioria, 135 participantes se encontrem casados (72,6%).

Gráfico 6.2: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por estado civil e género



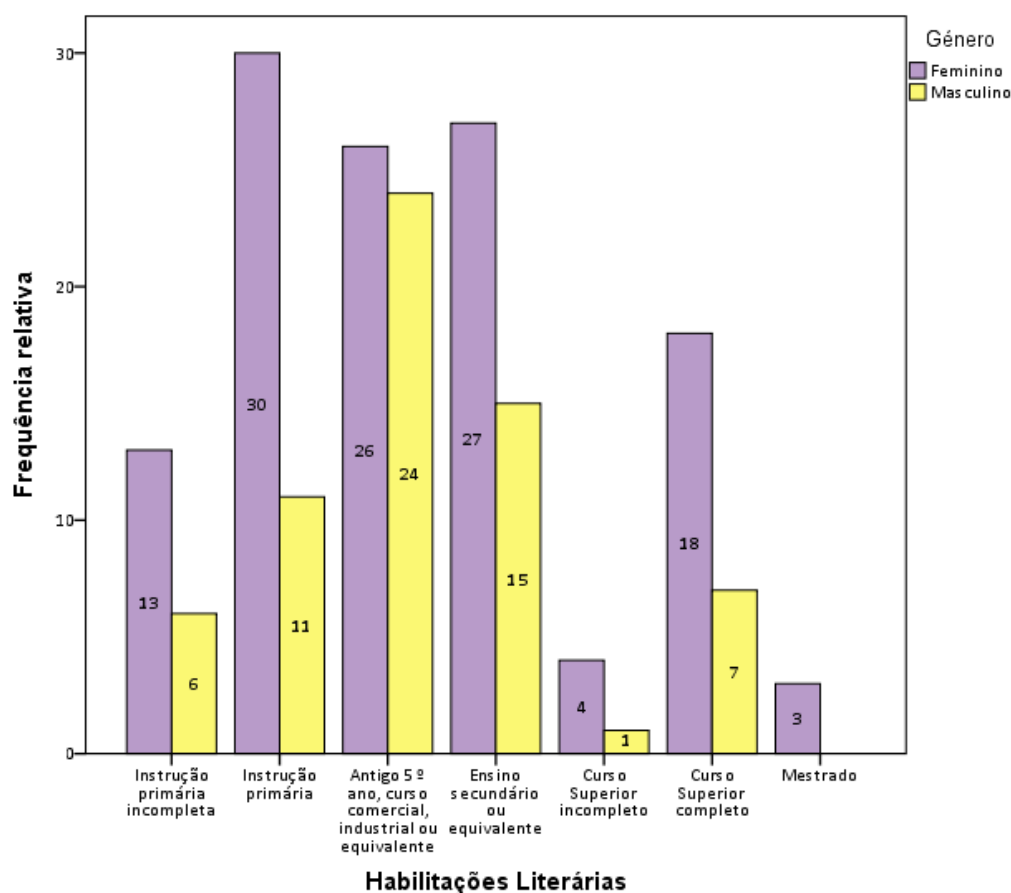
A constituição do agregado familiar dos participantes pode ser observada através do **Gráfico 6.3**. Através da análise deste Gráfico pode-se verificar que 104 participantes vivem com o cônjuge (55,9%), destes 65 são do género feminino (34,9%) e 39 do género masculino (21%). Destaca-se ainda que mais mulheres do que homens vivem sós.

Gráfico 6.3: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por constituição do agregado familiar e género



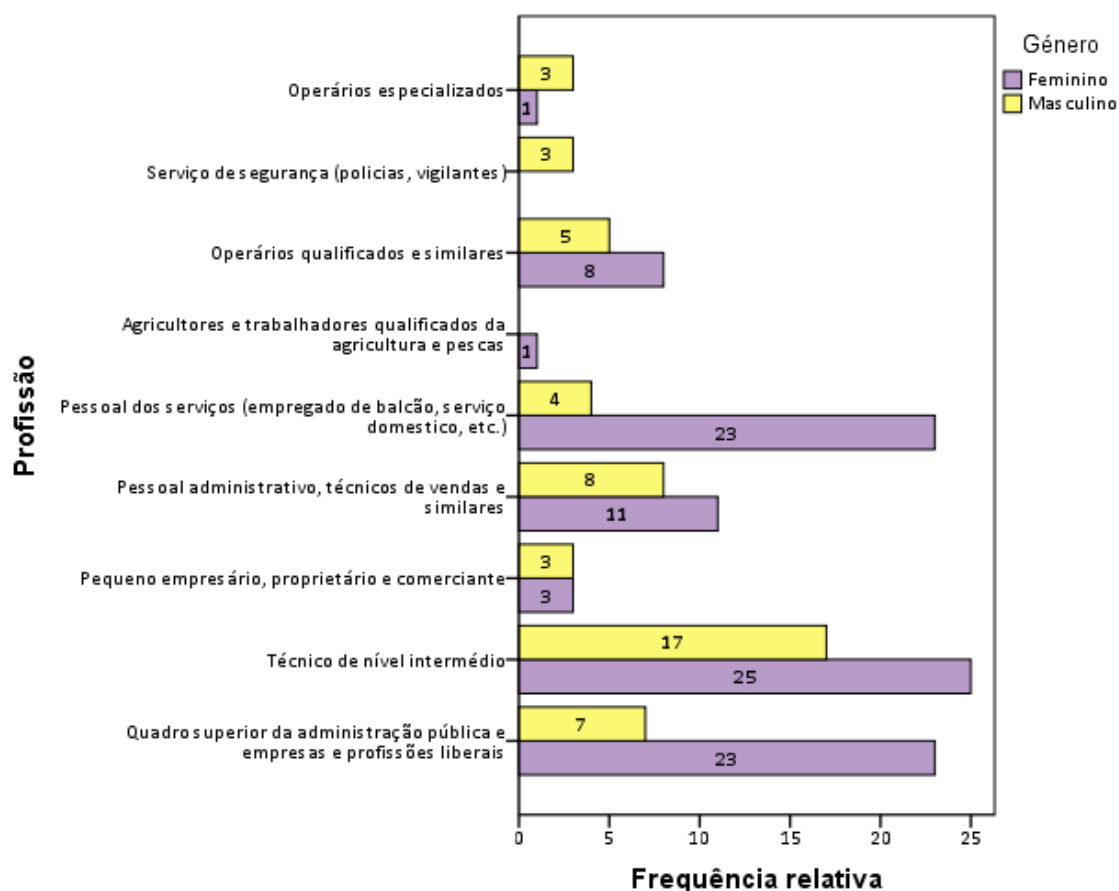
Quanto às habilitações literárias dos participantes, o **Gráfico 6.4** torna visível a sua distribuição tendo em conta a variável género. Verifica-se que 50 dos participantes (27%) tem o antigo 5º ano, curso comercial, industrial ou equivalente, destes 26 são do género feminino (14,1%) e 24 são de género masculino (13%). Seguidamente verifica-se que 42 dos participantes (22,7%) tem o ensino secundário ou equivalente. Nas restantes habilitações literárias as diferenças são mínimas, podendo destacar-se o facto de existir um maior número de mulheres com curso superior e mestrado.

Gráfico 6.4: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por habilitações literárias e género



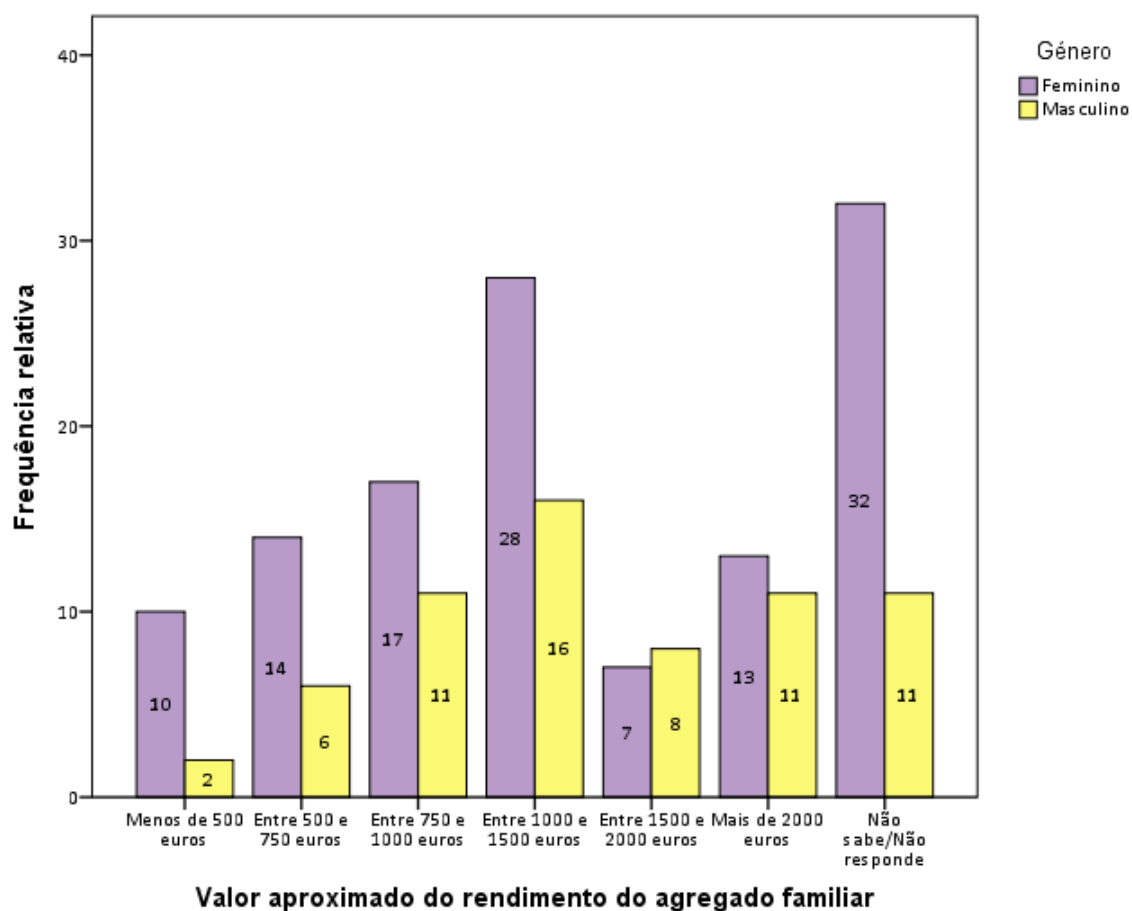
Quanto à atividade profissional verificamos que 82,8% dos participantes se encontrava reformado. Relativamente às profissões que possuíam, o **Gráfico 6.5** permite evidenciar que o «Técnico de nível intermédio» é a atividade profissional predominante. Seguidamente, verifica-se a existência de muitas mulheres domésticas, situação semelhante à realidade nacional, tal como seria de esperar tendo em consideração a faixa etária.

Gráfico 6.5: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por profissão e género



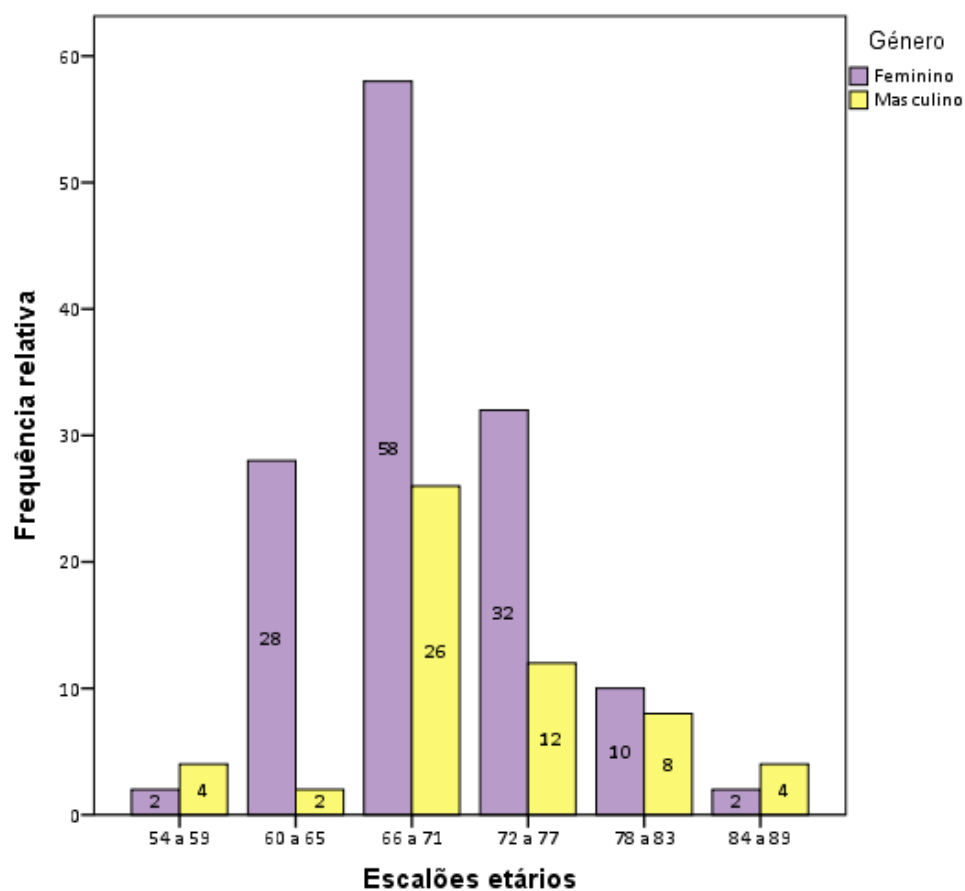
Relativamente ao valor aproximado do rendimento do agregado familiar, o **Gráfico 6.6** mostra que a grande maioria dos participantes optou por não responder a esta questão, o que é perfeitamente compreensível, pois são dados pessoais que a maioria das pessoas tem algum pudor em divulgar. Verifica-se ainda que 44 participantes (23,7%) têm rendimento entre 1000€ e 1500€, dos quais 28 são do género feminino (15,1%) e 16 do género masculino (8,6%).

Gráfico 6.6: Distribuição (Nº) dos participantes com aprendizagem em TIC por rendimento do agregado familiar e género



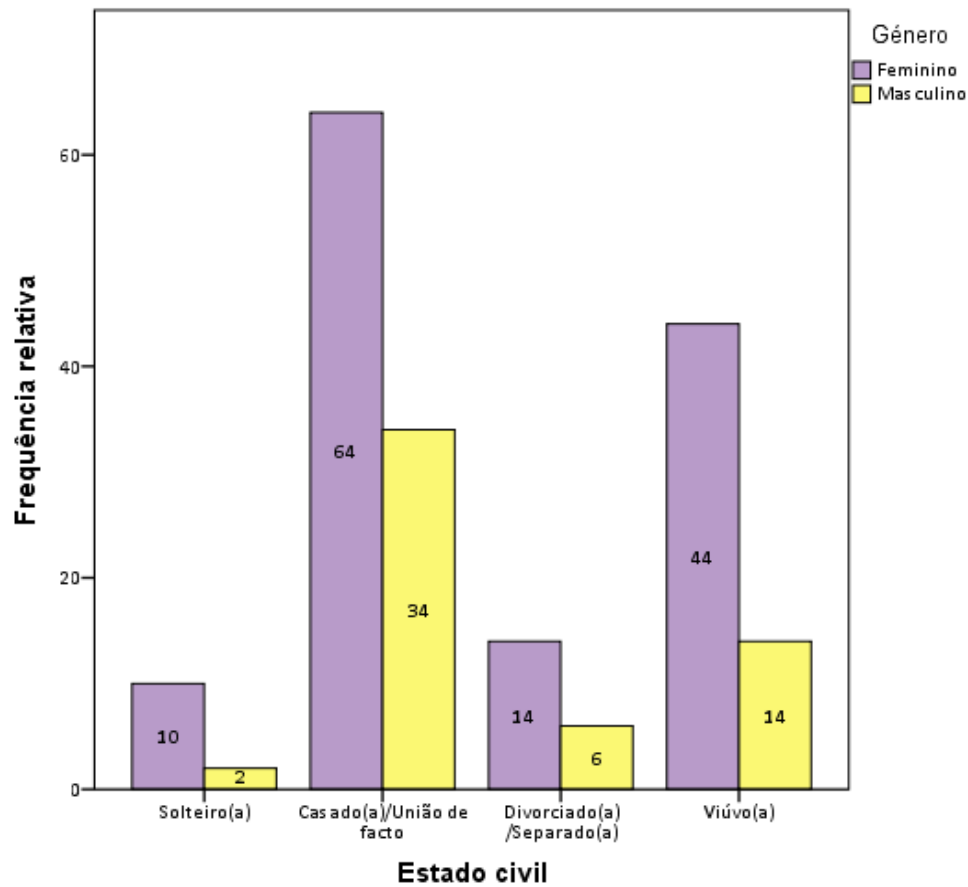
Os participantes que responderam ao **Questionário B** foram constituídos por 132 mulheres (70,2%) e 56 homens (29,8%), mais uma vez é expressiva a predominância do género feminino. Relativamente à distribuição dos participantes pelos diferentes escalões etários, o **Gráfico 6.7** permite constatar que a grande maioria destes participantes situa-se entre os 66 a 71 anos de idade (44,7%).

Gráfico 6.7: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por escalões etários e género



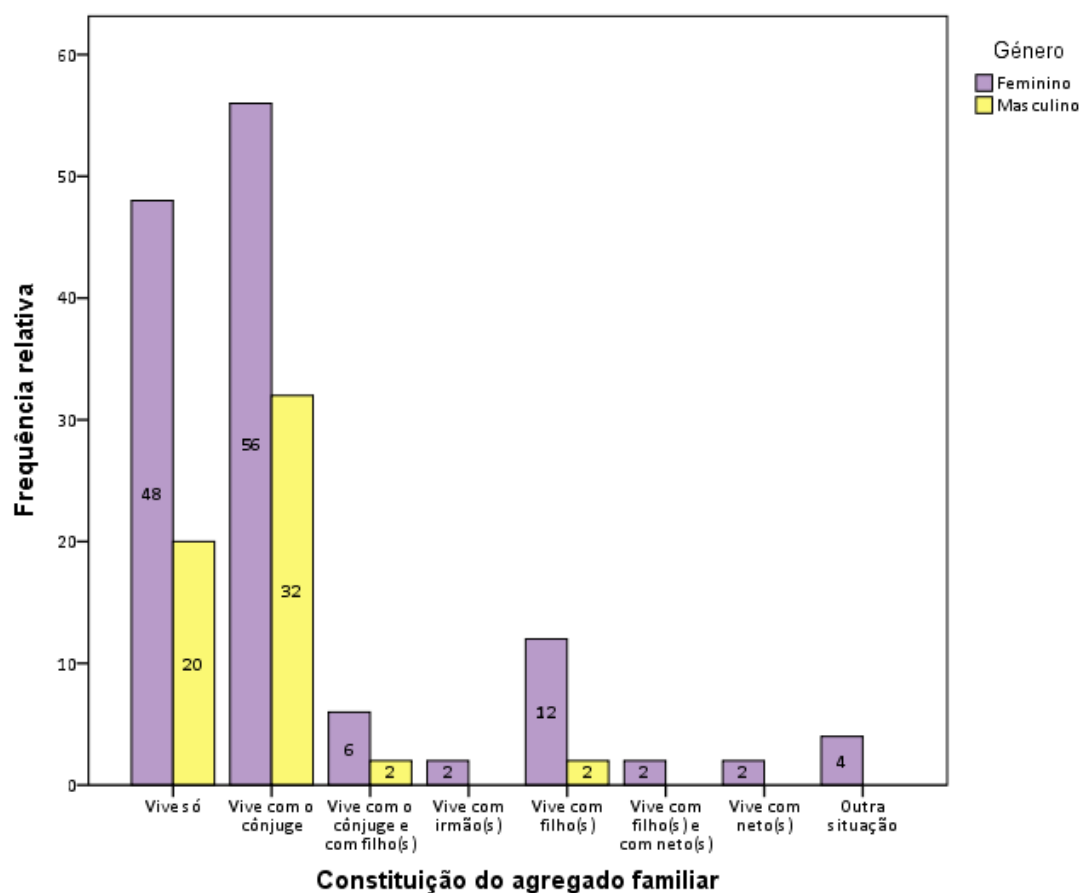
Relativamente ao estado civil, a distribuição dos participantes é apresentada através do **Gráfico 6.8**, como se verificou anteriormente, existe um número significativo de mulheres viúvas, comparativamente a homens viúvos. A maioria, 98 participantes encontram-se casados (52,1%) e existe um maior número de mulheres solteiras comparativamente a homens solteiros.

Gráfico 6.8: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por estado civil e género



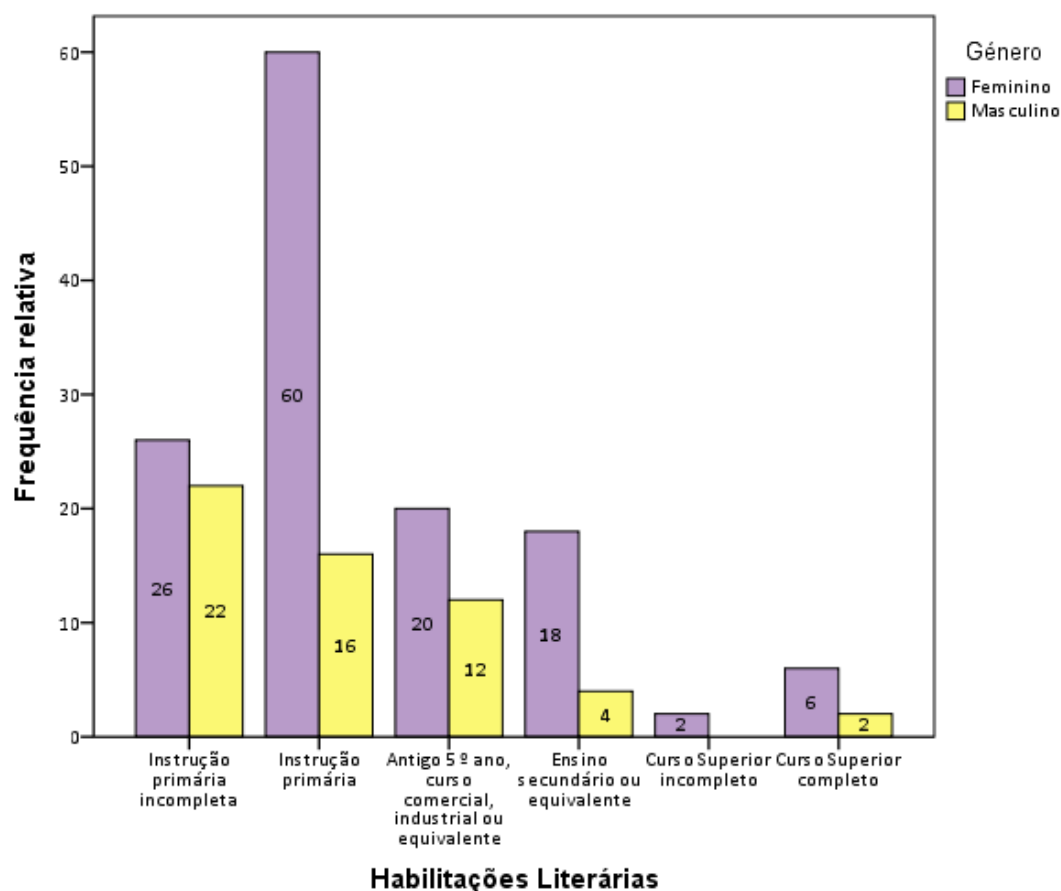
A constituição do agregado familiar destes participantes pode ser observada através do **Gráfico 6.9**. Através da análise deste Gráfico pode-se verificar que 88 destes participantes (46,8%) vive com o cônjuge dos quais 56 são do género feminino (29,8%) e 32 do género masculino (17%). Destaca-se ainda como se verificou anteriormente que mais mulheres do que homens vivem sós.

Gráfico 6.9: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por constituição do agregado familiar e género



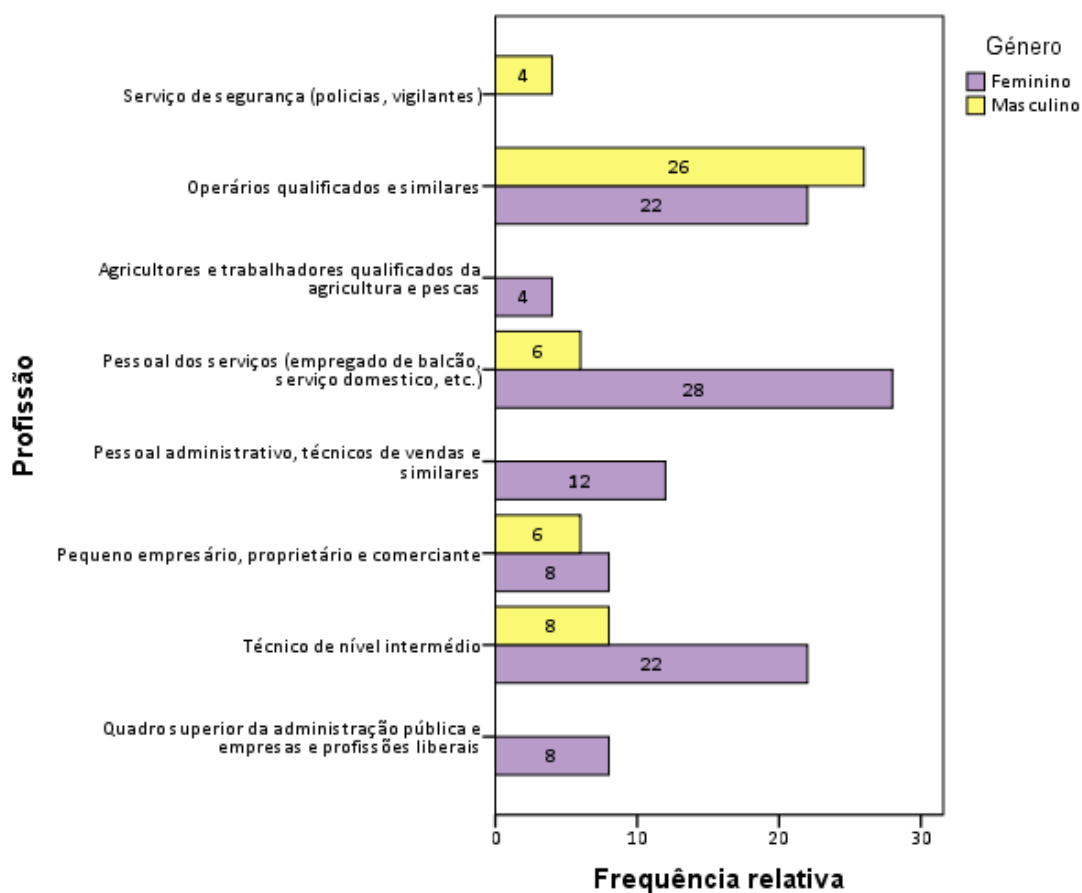
No que concerne às habilitações literárias destes participantes, o **Gráfico 6.10** torna visível a sua distribuição tendo em conta a variável género. De acordo com a análise deste gráfico pode-se verificar que 76 participantes (40,4%) têm a instrução primária, destes 60 são do género feminino (31,9%) e 16 são do género masculino (8,5%), seguindo-se 48 participante (25,5%) com instrução primária incompleta. Nas restantes habilitações literárias as diferenças são mínimas, de salientar que existe uma minoria com curso superior.

Gráfico 6.10: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por habilitações literárias e género



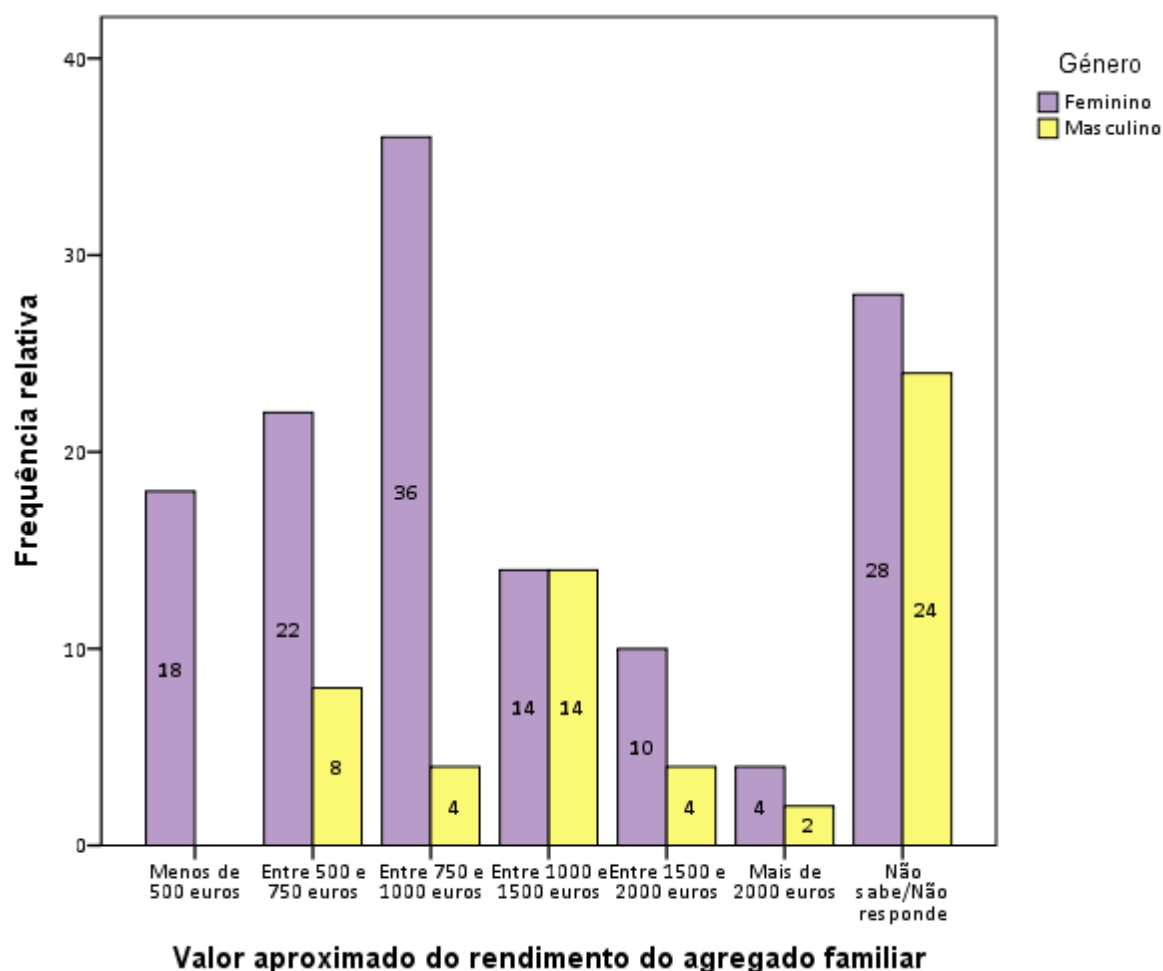
Quanto à atividade profissional verificou-se que 87,2% dos participantes se encontravam reformados. Relativamente às profissões que possuíam, o **Gráfico 6.11** permite evidenciar a distribuição destes participantes pelas diferentes profissões, onde «Os Operários qualificados e similares» surgem como as atividades profissionais predominantes. Tal como na subamostra anterior verifica-se também a existência de muitas mulheres domésticas.

Gráfico 6.11: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por profissão e género



Relativamente ao valor aproximado do rendimento do agregado familiar, o **Gráfico 6.12** mostra que a maioria dos participantes optou por não responder como já se tinha verificado anteriormente, contudo 40 participantes (21,3%) assinalaram a categoria entre 750€ e 1000€, dos quais 36 são do género feminino (19,1%) e 4 do género masculino (2,1%).

Gráfico 6.12: Distribuição (Nº) dos participantes sem aprendizagem em TIC por rendimento do agregado familiar e género



Como síntese da caracterização dos participantes, a **Tabela 6.1** apresenta um quadro resumo das características dos participantes de forma a visualizar-se as principais componentes que os caracterizam. Pode-se verificar que existe uma maior percentagem de participantes sem aprendizagem em TIC a viverem sozinhos (36,2%) relativamente aos participantes com aprendizagem em TIC (19,9%). Além disso, são notórias outras diferenças entre estas subamostras, de uma forma global os participantes com aprendizagem em TIC são mais qualificados, possuem mais habilitações literárias, têm profissões que exigem maior empenho intelectual e possuem maior rendimento do agregado familiar comparativamente aos participantes sem aprendizagem em TIC.

Tabela 6.1: Quadro resumo das características dos participantes

Participantes com aprendizagem em TIC	Participantes sem aprendizagem em TIC
121 Mulheres (65%) 65 Homens (35%) Total = 186	132 Mulheres (70,2%) 56 Homens (29,8%) Total = 188
Escalão etário predominante: 65 a 70 anos de idade	Escalão etário predominante: 66 a 71 anos de idade
Vive Só (19,9%)	Vive Só (36,2%)
Habilitações Literárias: Antigo 5º ano (27%) Curso Superior Completo (13,5%) Mestrado (1,6%)	Habilitações Literárias: Instrução Primária (40,4%) Instrução Primária Incompleta (25,5%) Curso Superior Completo (4,3%)
Profissão: Técnico de nível intermédio (29,0%) Quadro superior da administração pública e empresas e profissões liberais (20,7%)	Profissão: Operários qualificados e similares (31,2%) Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço doméstico) (22,1%)
Rendimento do agregado familiar: 1000 e 1500 euros (23,7%)	Rendimento do agregado familiar: 750 e 1000 euros (21,3%)

6.2. Análise e tratamento dos dados do Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC

A análise dos dados das questões do **Questionário A**, vai ser feita de acordo com a frequência relativa e com as respetivas associações. Sempre que se evidenciam possibilidades de uma associação significativa, submeteram-se esses dados ao teste qui-quadrado em que foram cruzadas as seis variáveis sociodemográficas (Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão, Rendimento) para se poder ou não vir a corroborar essa associação. Como foi afirmado na nota metodológica, embora tratando-se de uma amostra não aleatória, o resultado poderá induzir a existência ou não de uma associação entre as variáveis em questão. Sempre que houver uma associação entre as variáveis irá fazer-se referência à mesma. Para complementar esta situação e quando se rejeita a independência das variáveis podem-se analisar os resíduos estandardizados ajustados (*adjusted residual*) que segundo Maroco (2007), servem para se identificar quais são as células que são responsáveis pela rejeição, isto é, para identificar as células que se afastam da hipótese nula (H_0) – hipótese da independência. Para um nível de significância de 5%, um resíduo estandardizado ajustado com valor inferior a **-1,96** ou superior a **1,96** indica um

afastamento significativo de H_0 (independência de variáveis). Ou seja, as células responsáveis pela existência de relação estatisticamente significativa são as que registaram resíduos $<-1,96$ ou $>1,96$. Resíduos superiores a 1,96 (em termos absolutos) são “suspeitos” de existência de associação entre variáveis.

O universo foi constituído por 660 indivíduos em situação de formação nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco. A amostra foi constituída pelos indivíduos que devolveram os questionários preenchidos, depois de serem enviados a todo o universo, num total de 374. Esta amostra subdivide-se em duas subamostras: a subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário A**: participantes com aprendizagem em TIC e a subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário B**: participantes sem aprendizagem em TIC.

Os questionários aos participantes com aprendizagem em TIC foram distribuídos no total 260 questionários, os quais retornaram 186, isto é, uma taxa de devolução de 71%. A subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário A** é constituída por 186 indivíduos. Ao longo deste subcapítulo são apresentadas tabelas onde constam apenas os dados mais significativos. Em anexo, (**Anexo 1**) encontra-se o *output* do **Questionário A**, em que para cada uma destas tabelas são apresentados os dados globais referentes à variável sob análise.

6.2.1. Fatores que influenciam a escolha pela aprendizagem das TIC: computador e Internet

A Secção I *Aprendizagem das TIC: computador e Internet* pretende averiguar quais os fatores que poderão explicar a escolha pela aprendizagem das TIC - computador e Internet por parte dos participantes desta subamostra. Através da análise da **Tabela 6.2** (cf. **Anexo 1**) pode-se verificar que, a maioria, 120 participantes (64,5%) referem que um dos fatores que os levaram a aprender TIC foi “Para atualizar conhecimentos”,

97 participantes (52,2%) referem que foi “Para estar ativo intelectualmente” e 90 participantes (48,4%) mencionam que foi “Para usar mais e melhor o computador que tenho em casa”.

Tabela 6.2: Fatores (Nº e %) que explicam a escolha pela aprendizagem das TIC

Fatores da escolha da aprendizagem das TIC	Frequência relativa	Frequência relativa %
Para atualizar conhecimentos	120	64,5
Para estar ativo intelectualmente	97	52,2
Para usar mais e melhor o computador que tenho em casa	90	48,4
Para comunicar	77	41,4
Para me sentir mais autónomo com o computador	72	38,7

Relativamente a estes cinco principais fatores apontados pelos participantes que explicam a sua escolha pela aprendizagem das TIC, ao aplicar-se o teste qui-quadrado e ao se cruzar estas cinco opções mais escolhidas com as seis variáveis sociodemográficas, verificaram-se as seguintes associações:

- a) Para atualizar conhecimentos e a variável a') Habilitações Literárias
- b) Para estar ativo intelectualmente e a variável b') Rendimento
- c) Para me sentir mais autónomo com o computador e a variável c') Género

Analisando a possível associação entre atualizar conhecimentos e a variável habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 17,811 e um p-valor de $0,007 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis. Consultando a tabela de contingência e os respetivos resíduos (**Tabela 1 do Anexo A**), verifica-se que os participantes com ensino secundário ou equivalente são aqueles que mais atualizam conhecimentos através da aprendizagem das TIC e aqueles que têm instrução primária incompleta e instrução primária completa são os que menos atualizam conhecimentos. Ou seja, mais habilitações literárias leva a uma necessidade de um incremento na atualização de conhecimentos.

Ao se analisar a possível associação entre para estar ativo intelectualmente e a variável rendimento, obteve-se um valor do qui-quadrado de 17,033 e um p-valor de $0,009 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis (**Tabela 2 do Anexo A**). Através da análise dos resíduos desta tabela constata-se que os participantes que não sabem/não respondem são aqueles que estão menos interessados em estarem ativos intelectualmente através da aprendizagem das TIC.

Ao se analisar a possível associação entre para me sentir mais autónomo com o computador e a variável género, obteve-se um valor do qui-quadrado de 6,125 e um p-valor de $0,013 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis. Consultando a tabela de contingência e os respetivos resíduos (**Tabela 3 do Anexo A**) verifica-se que são os homens que referem que o computador lhes dá a sensação de serem mais autónomos.

6.2.2. O interesse e as dificuldades na aprendizagem das TIC

Através da análise da **Tabela 6.3** (cf. **Anexo 1**) verifica-se que os principais interesses que levam os participantes a aprender TIC são essencialmente para “Usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens”, atendendo ao facto de 123 participantes (66,1%) escolheram esta opção. Contudo, 116 participantes (62,4%) referiram que o interesse era para “Usar os motores de busca (ex. Google) para pesquisa na Internet”. Outros interesses também referidos pelos participantes com aprendizagem em TIC relacionaram-se com a vertente comunicacional e social, pois 84 participantes (45,2%) referiram “Usar o Skype para falar com outras pessoas”.

Tabela 6.3: Interesses (Nº e %) que levam os participantes a aprender TIC

Interesses na aprendizagem das TIC	Frequência relativa	Frequência relativa %
Usar o correio eletrónico (<i>email</i>) para receber e enviar mensagens	123	66,1
Usar os motores de busca (ex. Google) para pesquisa na Internet	116	62,4
Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	90	48,4
Usar o Skype para falar com outras pessoas	84	45,2
Utilizar redes sociais (Facebook/Twitter)	75	40,3

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado as estas opções mais escolhidas e ao se cruzar estas opções com as seis variáveis sociodemográficas, obteve-se as seguintes associações:

- a) Usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e a variável a') Habilitações Literárias
- b) Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e a variáveis b') Habilitações Literárias e Rendimento

Analisando a possível associação entre usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 24,700 e um p-valor de $0,000 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis (**Tabela 6** do **Anexo C**). Através da análise desta tabela e dos respetivos resíduos verifica-se que os participantes que possuem o ensino secundário ou equivalente o uso do *email* é um dos principais interesses que os levam a aprender TIC, em contrapartida os participantes que possuem instrução primária e instrução primária incompleta, o uso de email para estes não é considerado um dos principais interesses que os leva a aprender TIC.

Analisando a possível associação entre utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 17,725 e um p-valor de $0,007 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis (**Tabela 7**

do **Anexo C**). Através da análise desta tabela e dos respetivos resíduos constata-se que os participantes que possuem o curso superior completo são aqueles indivíduos que utilizam os programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet), contrastando com os que tem instrução primária incompleta que são os que menos utilizam programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet).

Analisando a possível associação entre utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e a variável rendimento, obteve-se um valor do qui-quadrado de 18,632 e um p-valor de $0,005 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis (**Tabela 8 do Anexo C**). Ao analisar-se esta tabela e os respetivos resíduos verifica-se que os participantes que utilizam os programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) possuem um rendimento entre 1000€ e 1500€ e mais de 2000€, e os participantes que possuem rendimentos entre os 500€ e 750€ são os que menos utilizam programas.

Conforme se pode verificar através da análise da **Tabela 6.4** (cf. **Anexo 1**) as principais dificuldades que os participantes encontram na aprendizagem das TIC são o facto do “O número de aulas por semana é muito pouco”, fator referido por 111 participantes (59,7%), enquanto que 61 participantes (32,8%) refere “Falta-me conhecimentos anteriores em TIC”, 49 participantes (26,3%), apontaram como dificuldade a “Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC”. Dentro destas dificuldades na aprendizagem das TIC, surgiram ainda como principais dificuldades no uso do *hardware*, “Tenho dificuldades em usar o rato do computador” apontado por 19 participantes (10,2%), “Tenho dificuldades com o teclado do computador” referido por 16 participantes (8,6%) e “Tenho dificuldades em ler no monitor do computador” referido por 10 participantes (5,4%) (cf. **Anexo 1**), o que corrobora as conclusões de vários estudos que indicam que a principal dificuldade na aprendizagem das TIC, em termos de *hardware* por parte das pessoas idosas, ser o manuseamento do rato do computador.

Tabela 6.4: Dificuldades (Nº e %) encontradas na aprendizagem das TIC

Dificuldades na aprendizagem das TIC	Frequência relativa	Frequência relativa %
O número de aulas por semana é muito pouco	111	59,7
Falta-me conhecimentos anteriores em TIC	61	32,8
Tenho dificuldades nos programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	54	29,0
Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	49	26,3

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado a estas opções, cruzando com as seis variáveis sociodemográficas, obteve-se as seguintes associações:

- a) O número de aulas por semana é muito pouco e a variável a') Habilitações Literárias
b) Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC e a variável b') Habilitações Literárias

Analisando a possível associação entre o número de aulas por semana é muito pouco e habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 21,091 e um p-valor de $0,002 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e analisando os resíduos, **Tabela 9 do Anexo D**, verifica-se que os participantes que possuem instrução primária são aqueles que consideram o número de aulas por semana ser muito pouco como dificuldade encontrada na aprendizagem das TIC.

Analisando a possível associação entre falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC e habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 12,628 e um p-valor de $0,049 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis (**Tabela 10 do Anexo D**). Consultando a respetiva tabela de contingência e os resíduos pode-se afirmar que os participantes que possuem instrução primária são aqueles que consideram a falta de uma pessoa que os ajude fora da formação em TIC como dificuldade encontrada na aprendizagem das TIC.

Em relação à questão que foi colocada relacionada com o que gostavam de aprender, ainda, em matéria de computadores, 44 participantes (23,7%) afirmaram que não precisavam de aprender mais nada, apenas queriam consolidar conhecimentos. Por outro lado, 88 participantes (47,3%) optou por responder que ainda gostava de aprender mais sobre a matéria de computadores e destes, 82 participantes (44,1%) descreveram aquilo que gostavam de aprender (cf. **Anexo 1**).

Através da análise da **Tabela 6.5**, pode-se verificar que os conhecimentos adicionais que os participantes com aprendizagem em TIC manifestaram em aprender relacionam-se essencialmente com “*Software* utilitário” e “*Comunicação*”, tendo uma representatividade estatística de 17,2% e 15,6% respetivamente.

Tabela 6.5: Conhecimentos (Nº e %) adicionais em matéria de computadores

Conhecimentos	Frequência relativa	Frequência relativa %
<i>Software</i> utilitário	32	17,2
Comunicação	29	15,6
Pesquisa	13	7,0
Entretenimento	7	3,8
<i>Hardware</i>	1	0,5

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado às opções descritas na **Tabela 6.5** e fazendo o cruzamento com as seis variáveis sociodemográficas não se verificou nenhum tipo de associação.

6.2.3. Utilização das TIC por parte dos participantes com aprendizagem em TIC

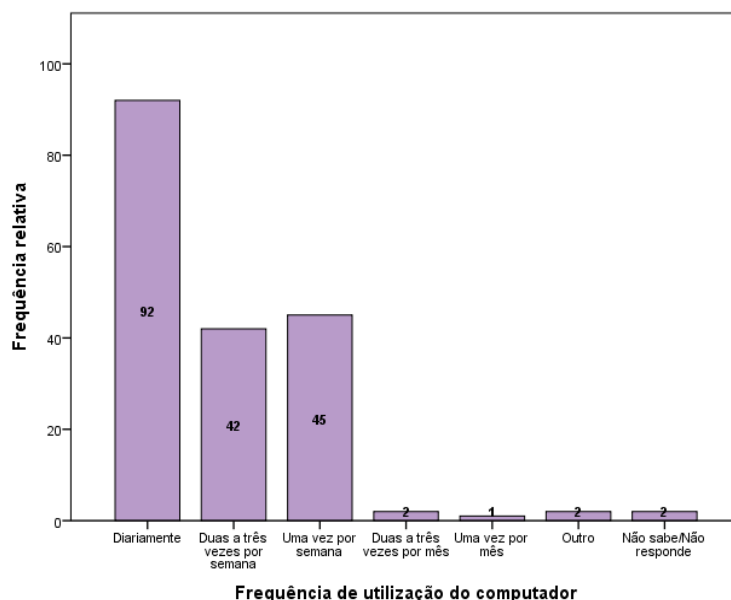
Na Secção II *Utilização das TIC: Computador e Internet*, estes participantes utilizam normalmente o computador em casa própria, opção referida por 155 participantes

(83,3%), em seguida foi também referido por 146 participantes (78,5%) a Universidade Sénior e por 30 participantes (16,1%) a casa de familiares (filhos/netos) como sendo o local de eleição para utilizar o computador. No **Anexo 1** constam os valores de todas as variáveis.

6.2.3.1. Frequência, tempo e finalidade de utilização do computador e Internet

Através da análise do **Gráfico 6.13** em relação à frequência de utilização de computador, pode-se verificar que 92 participantes (49,5%) afirmaram utilizar diariamente este dispositivo digital, 42 participantes (22,6%) referiram o seu uso duas a três vezes por semana e 45 participantes (24,2%) utilizam o computador uma vez por semana. Dos dados recolhidos pode-se inferir que o computador já pode ser integrado nas rotinas destes cidadãos. Neste particular, pode já realçar-se que praticamente 50% dos mesmos fazem uma utilização diária.

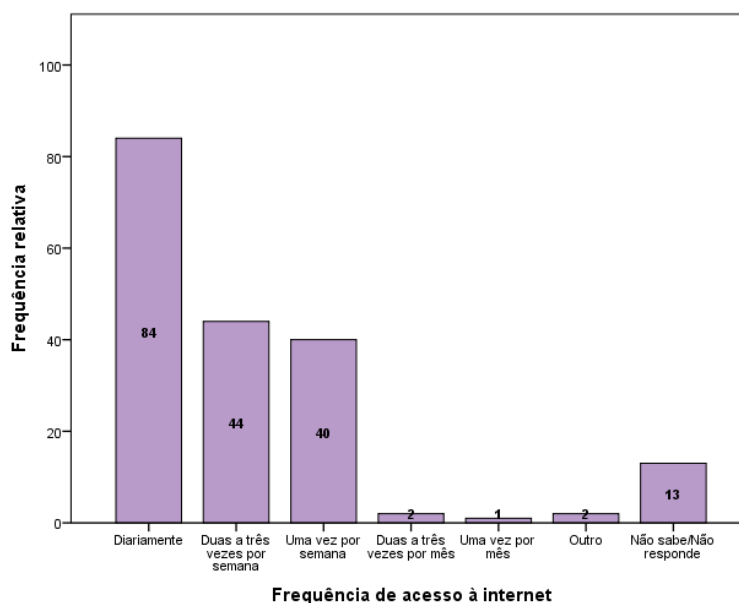
Gráfico 6.13: Frequência (Nº) de utilização do computador pelos participantes com aprendizagem em TIC



Em relação à frequência com que estes participantes acedem à Internet, pode-se observar através do **Gráfico 6.14** que 84 participantes (45,2%) afirmaram aceder à

Internet diariamente, 44 participantes (23,7%) duas a três vezes por semana e 40 participantes (21,5%) uma vez por semana.

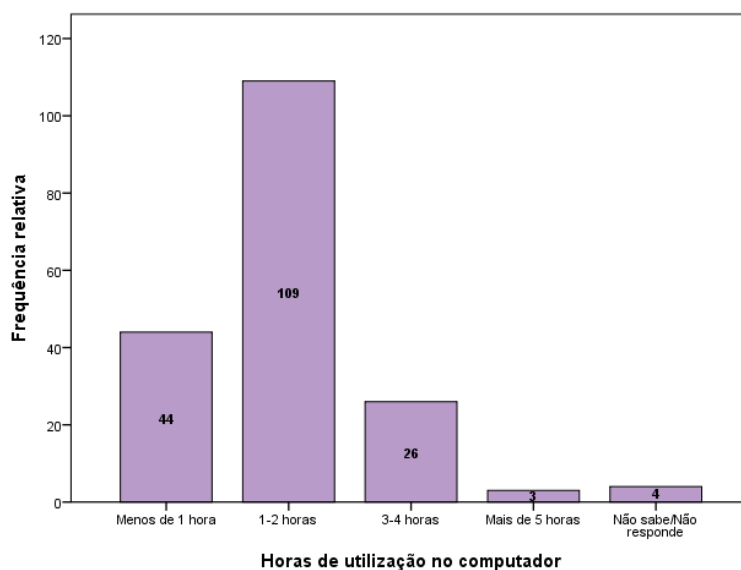
Gráfico 6.14: Frequência (Nº) de acesso à Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC



Comparando a utilização do computador com a utilização da Internet, verifica-se uma grande proximidade na taxa de utilização de ambas. No entanto, a utilização do computador é um pouco maior sem que haja grandes diferenças. Uma possível razão pode estar relacionada com o facto de nem todos possuírem uma ligação à Internet mais acessível.

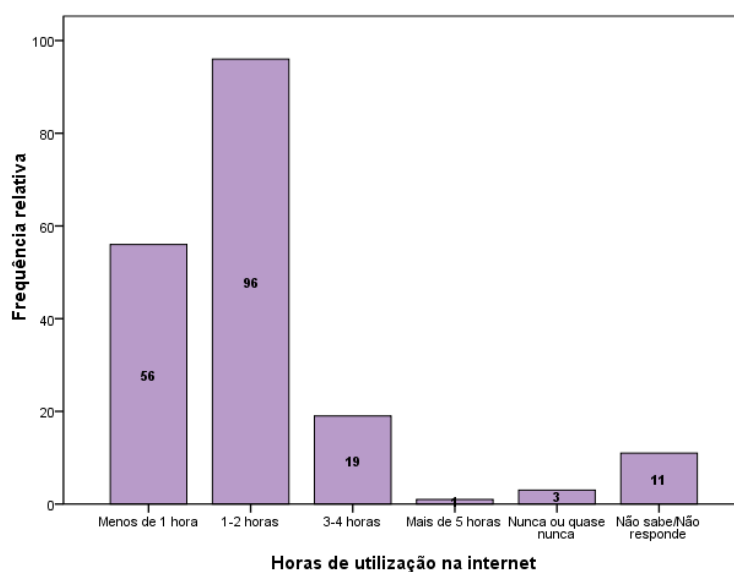
Relativamente ao tempo/horas que estes participantes passam em média no computador, verificou-se que 44 participantes (23,7%) passam menos de 1 hora, 109 participantes (58,6%) passam 1-2 horas, 26 participantes (14,0%) passam 3–4 horas e 3 participantes (1,6%) afirmaram que utilizam o computador em média mais de 5 horas por dia (**Gráfico 6.15**).

Gráfico 6.15: Frequência (Nº) de horas de utilização do computador pelos participantes com aprendizagem em TIC



Em relação ao tempo/horas que passam em média na Internet, 56 participantes (30,1%) referiram ser menos 1 hora, 96 participantes (51,6%) ser 1–2 horas, 19 participantes (10,2%) ser 3-4 horas e apenas 1 participante (0,5%) referiu passar mais de 5 horas na Internet por dia, conforme se pode constatar através da análise do **Gráfico 6.16**.

Gráfico 6.16: Frequência (Nº) de horas de utilização da Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC



Em termos comparativos, a frequência de horas de utilização do computador e a utilização da Internet, mostra um tipo de comportamento muito semelhante, mas está explícito uma preponderância de 1-2 horas de utilização. Tal como na situação anterior, a utilização do computador em relação à Internet possui uma ligeira vantagem.

Estes participantes utilizam o computador essencialmente “Para aceder à Internet”, opção escolhida por 157 participantes (84,4%), para “Enviar/receber *emails*” opção escolhida por 116 participantes (62,4%) e “Para escrever textos” opção escolhida por 103 participantes (55,4%). No que concerne à finalidade de utilização da Internet, de acordo com análise da **Tabela 6.6** (cf. **Anexo 1**), esta é utilizada maioritariamente para “Para procurar informação” (68,3%), “Enviar *emails*” (65,1%) e “Para falar com familiares e amigos” (46,8%). Em relação ao envio de *emails*, os seus principais destinatários são os amigos (61,8%), os familiares (55,9%) e os colegas da Universidade Sénior (39,8%).

Tabela 6.6: Finalidade (Nº e %) de utilização da Internet pelos participantes com aprendizagem em TIC

Finalidade de utilização da Internet	Frequência relativa	Frequência relativa %
Para procurar informação	127	68,3
Enviar <i>emails</i>	121	65,1
Para falar com familiares e amigos	87	46,8
Utilizar o Facebook ou outra rede social	73	39,2
Como forma de ocupação dos tempos livres	69	37,1

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado as estas opções, cruzando com as seis variáveis sociodemográficas, obteve-se as seguintes associações:

- a) Procurar informação e as variáveis a') Habilitações Literárias e Profissão
- b) Enviar *emails* e as variáveis b') Habilitações Literárias e Profissão
- c) Utilizar o Facebook ou outra rede social e a variável c') Idade

Analisando a possível associação entre procurar informação e habilitações literárias obtivemos um valor de qui-quadrado de 25,470 e um p-valor de $0,000 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 11** do **Anexo E**, verifica-se que os participantes que possuem curso superior completo são aqueles que utilizam a Internet para procurar informação, em contrapartida os participantes que possuem instrução primária incompleta e completa são aqueles que menos procuram informação através da Internet.

Analisando a possível associação entre procurar informação e profissão obteve-se um valor de qui-quadrado de 26, 537 e um p-valor de $0,001 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 12** do **Anexo E**, verifica-se que os participantes com profissões que exigem maior esforço intelectual (Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais) são aqueles que utilizam a Internet para procurar informação, o Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço doméstico, etc.) são os que menos procuram informação na Internet.

Analisando a possível associação entre enviar emails e habilitações literárias obteve-se um valor de qui-quadrado de 22,408 e um p-valor de $0,001 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 13** do **Anexo E**, verifica-se que os participantes que possuem curso superior completo são os que utilizam mais a Internet para enviar *emails*, e os participantes que possuem instrução primária incompleta são os que utilizam menos a Internet para enviar emails.

Analisando a possível associação entre enviar emails e profissão obteve-se um valor de qui-quadrado de 25,120 e um p-valor de $0,001 < 0,05$ o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 14** do **Anexo E**, verifica-se que as profissões que exigem maior capacidade intelectual

(Técnico de nível intermédio e Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais) são aquelas que os indivíduos utilizam a Internet para enviar *emails*. Os participantes com profissões relacionadas com Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço doméstico, etc.), são aqueles que utilizam menos a Internet para enviar *emails*.

Analisando a possível associação entre utilizar o Facebook ou outra rede social e idade, obteve-se um valor de qui-quadrado de 13,195 e um p-valor de $0,040 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 15** do **Anexo E**, verifica-se que os indivíduos mais novos com idade compreendida entre os 53 a 58 anos são aqueles que utilizam mais o Facebook ou outra rede social e os participantes que tem 65 a 70 são os participantes que utilizam menos o Facebook ou outra rede social.

6.2.4. Perigos na Internet para os participantes com aprendizagem em TIC

A utilização da Internet nesta subamostra é elevada e achou-se importante conhecer se esta acarreta algum perigo e quais são esses perigos que pode promover junto dos indivíduos. Neste sentido a maioria, 152 participantes (81,7%) consideram que a Internet tem perigos e 14 participantes (7,5%) consideram que a Internet não tem perigos. Fazendo-se uma indexação dos diferentes perigos da Internet, pode-se afirmar que expor as crianças a conteúdos indesejados constitui o principal perigo (62,4%), seguidos de fraude (54,3%) e de criação de dependência/vício e invasão de privacidade que obtiveram o mesmo número de respostas (47,3% cada). Os roubos assumem uma representatividade de 34,4%, o afastamento das relações interpessoais presenciais e o afastamento familiar obtiveram o mesmo número de respostas (32,3%) e por último é referido o estímulo à violência (22,0%) conforme se pode observar na **Tabela 6.7** (cf. **Anexo 1**). Em termos gerais, pode-se concluir que a priorização dos principais perigos possam corresponder à mediatização das massas, os quais são corroborados pela subamostra.

Tabela 6.7: Perigos (Nº e %) da Internet para os participantes com aprendizagem em TIC

Perigos da Internet	Frequência relativa	Frequência relativa %
Expor as crianças a conteúdos indesejados	116	62,4
Fraude	101	54,3
Criação de dependência/vício	88	47,3
Invasão de privacidade	88	47,3
Roubos	64	34,4
Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais	60	32,3
Leva ao afastamento familiar	60	32,3
Estímulo à violência	41	22,0

6.2.5. Representações do envelhecimento para os participantes com aprendizagem em TIC

Na Secção III *Representações do Envelhecimento*, relativamente à questão como encara o seu próprio envelhecimento, 124 participantes (66,7%) encaram esta fase da vida com naturalidade, 31 participantes (16,7%) com preocupação e 22 participantes (11,8%) com otimismo. Acerca do grau de satisfação que têm com a sua vida em geral, 128 participantes (68,8%) dizem estar satisfeitos, 30 participantes (16,1%) dizem-se muito satisfeitos e 16 participantes (8,6%) afirmam estar pouco satisfeitos com a sua vida em geral, conforme se pode constatar através da análise da **Tabela 6.8** (cf. **Anexo 1**).

Tabela 6.8: Representações (Nº e %) do envelhecimento/satisfação com a vida por parte dos participantes com aprendizagem em TIC

Representações do envelhecimento/satisfação com a vida		Frequência relativa	Frequência relativa %
Como encara o seu próprio Envelhecimento	Com naturalidade	124	66,7
	Com preocupação	31	16,7
	Com otimismo	22	11,8
Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral	Satisfeito	128	68,8
	Muito Satisfeito	30	16,1
	Pouco Satisfeito	16	8,6

6.2.6. Impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento: opinião dos participantes com aprendizagem em TIC

Nesta secção expõem-se os dados obtidos relativos à última questão do **Questionário A (Q17)** como já foi referido (cf. Secção 5.3.1. do Capítulo V), as diferentes opções foram divididas em três *clusters*: mental, social e multidimensional. Na **Tabela 6.9** encontra-se as cinco principais opções escolhidas pelos participantes com aprendizagem em TIC e agrupadas de acordo com os *clusters* correspondentes.

Ao observar-se a **Tabela 6.9** (cf. **Anexo 1**) pode constatar-se que os cinco principais impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento estão relacionados, dois com o *cluster mental*, dois com o *cluster social* e um com o *cluster multidimensional*. Verifica-se que 116 participantes (62,4%) consideram que esta aprendizagem estimula a memória (*cluster mental*), já 102 participantes (54,8%) afirmam que promove a comunicação (*cluster social*). Neste contexto, 87 participantes (46,8%) referem que a aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo (*cluster multidimensional*) e que melhora as capacidades intelectuais (*cluster mental*) e por último, 84 participantes (45,2%) refere que ajuda diminuir a solidão (*cluster social*).

Tabela 6.9: Impactos (Nº e %) da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento pelos participantes com aprendizagem em TIC

Opções	Frequência relativa	Frequência relativa%
A aprendizagem das TIC estimula a memória (<i>cluster mental</i>)	116	62,4
A aprendizagem das TIC promove a comunicação (<i>cluster social</i>)	102	54,8
A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo (<i>cluster multidimensional</i>)	87	46,8
A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais (<i>cluster mental</i>)	87	46,8
A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão (<i>cluster social</i>)	84	45,2

A utilização habitual das TIC nas suas rotinas diárias por estes participantes desta subamostra indica que estes possuem uma ideia equilibrada dos impactos da aprendizagem das TIC ao longo do seu processo de envelhecimento, uma vez que as opções escolhidas incidem duas no «Bem-estar mental» (memória e capacidades intelectuais) e duas no «Bem-estar social» (comunicação e solidão) e uma grande percentagem destes participantes fazem referência também ao facto da aprendizagem das TIC tornarem o envelhecimento mais ativo o que pressupõe perante estas opções escolhidas que estes participantes sentem, de forma proporcional, os benefícios das TIC no seu Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado às cinco opções mais escolhidas da última questão do **Questionário A (Q17)** relativamente aos impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento e se cruzar estas opções com as seis variáveis sociodemográficas, obteve-se a seguinte associação:

- a) A aprendizagem das TIC estimula a memória e a variável a') Habilitações Literárias
- b) A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais e a variável b') Rendimento

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC estimula a memória e habilitações literárias, obteve-se um valor de qui-quadrado de 14,028 e um p-valor de $0,029 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e os resíduos, **Tabela 19** do **Anexo G**, verifica-se que os indivíduos que possuem o antigo 5.º ano, curso comercial, industrial ou equivalente são aqueles em que os impactos da aprendizagem das TIC recai no estímulo da memória.

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais e rendimento obteve-se um valor de qui-quadrado de 13,721 e um p-valor de $0,033 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 20** do **Anexo G**, verifica-se que os participantes que possuem um rendimento do agregado familiar entre 1000€ e 1500€ são aqueles que o impacto da aprendizagem das TIC incide na melhoria das suas capacidades intelectuais.

6.3. Análise e tratamento dos dados do Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC

A análise dos dados das questões do **Questionário B**, vai ser feita de acordo com a frequência relativa e com as respetivas associações. Sempre que se evidenciam possibilidades de uma associação significativa, submeteram-se esses dados ao teste qui-quadrado em que foram cruzadas as seis variáveis sociodemográficas (Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão, Rendimento) para se poder ou não vir a corroborar se existe uma associação entre variáveis apoiada em testes estatísticos. Como foi afirmado na nota metodológica, embora tratando-se de uma amostra não aleatória, o resultado poderá induzir para que possa ou não existir uma associação entre as variáveis em questão. Sempre que houver uma associação entre as variáveis iremos fazer referência à mesma. Tal como foi referido na Secção 6.2., na análise do **Questionário B** também se utilizou os resíduos estandardizados ajustados

(*adjusted residual*) para se identificar quais são as células que são responsáveis quando se rejeita a independência das variáveis.

O universo foi constituído por 660 indivíduos em situação de formação nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco. A amostra foi constituída pelos indivíduos que devolveram os questionários preenchidos, depois de serem enviados a todo o universo, num total de 374. Esta amostra subdivide-se em duas subamostras: a subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário A**: participantes com aprendizagem em TIC e a subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário B**: participantes sem aprendizagem em TIC.

Os questionários aos participantes sem aprendizagem em TIC foram distribuídos no total 400 questionários, os quais retornaram 188, isto é, uma taxa de devolução de 47%. A subamostra dos participantes que responderam ao **Questionário B** é constituída então por 188 indivíduos.

Ao longo deste subcapítulo são apresentadas tabelas onde constam apenas os dados mais significativos. Em anexo, (**Anexo 2**) encontra-se o *output* do **Questionário B**, para cada uma destas tabelas são apresentados os dados globais referentes à variável sob análise. Mais se refere que as opções tomadas na análise do **Questionário B** seguem as orientações anteriores para o **Questionário A**, para que se possa promover uma comparação mais ajustada e coerente.

6.3.1. Fatores que explicam a não aprendizagem das TIC: computador e Internet

Relativamente à Secção I *Aprendizagem das TIC: computador e Internet*, no que respeita aos fatores que poderão explicar a não aprendizagem das TIC por parte dos participantes, através da análise da **Tabela 6.10** (cf. **Anexo 2**) a maioria, 60 participantes (31,9%) referem que “É muito difícil”, seguidamente, 54 participantes

(28,7%) referiram “Não tenho interesse” e o terceiro fator apontado por 48 participantes (25,5%) para explicar a não aprendizagem em TIC foi “Não tenho computador”.

Tabela 6.10: Fatores (Nº e %) da não aprendizagem das TIC

Fatores da não aprendizagem das TIC	Frequência relativa	Frequência relativa %
É muito difícil	60	31,9
Não tenho interesse	54	28,7
Não tenho computador	48	25,5
Já não tenho idade	32	17,0
Por motivos de saúde	26	13,8

Relativamente aos fatores que poderão explicar a não aprendizagem das TIC pelos participantes, ao aplicar-se o teste qui-quadrado e ao cruzamento das cinco opções mais escolhidas com as seis variáveis sociodemográficas, verificou-se a seguinte associação:

- a) Não tenho interesse e a variável a') Habilitações Literárias
- b) Não tenho computador e a variável b') Rendimento

Ao se analisar a possível associação entre não tenho interesse e a variável habilitações literárias, obteve-se um valor do qui-quadrado de 23,264 e um p-valor de $0,000 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis. Através da análise da tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 4 do Anexo B**, verifica-se que os participantes que possuem curso superior completo são aqueles que revelam maior desinteresse em aprender TIC e os participantes que possuem instrução primária incompleta são aqueles que têm mais interesse em aprender TIC.

Ao se analisar a possível associação entre não tenho computador e rendimento, obteve-se um valor do qui-quadrado de 30,602 e um p-valor de $0,000 < 0,05$, o que indica existir associação entre as variáveis. Consultando a tabela respetiva e resíduos,

Tabela 5 do Anexo B, verifica-se que os indivíduos com um rendimento menos de 500€ e entre 500€ e 750€ são aqueles que referem não ter computador como um dos fatores da não aprendizagem das TIC.

Quando os participantes foram questionados sobre se gostavam de aprender TIC: computador e Internet, verificou-se que 98 participantes (52,1%) disseram que “Não necessitavam” de aprender Computador nem Internet. Em relação à aprendizagem do computador, 38 participantes (20,2%) “Nunca pensaram nisso” e em relação à aprendizagem da Internet, 36 participantes (19,1%) também “Nunca pensaram nisso”. Todavia, 46 participantes (24,5%) escolheram a opção “Sim” que indicava que gostavam de aprender a utilizar o computador, bem como 42 participantes (22,3%) referiram igualmente que gostavam de aprender a utilizar a Internet. Estes resultados mostram que metade desta subamostra refere que não necessita de aprender TIC, talvez pelo medo e resistência às tecnologias e pela falta de conhecimentos; mas, no entanto, ainda existe uma percentagem considerável que tem vontade de aprender TIC. Esta situação reflete-se também pelo facto de uma grande percentagem (92,6%) destes participantes considerarem positiva a aprendizagem das TIC, conforme se pode verificar através dos dados expostos no **Anexo 2**.

6.3.2. Potencial utilização das TIC por parte dos participantes sem aprendizagem em TIC

Estes participantes, se utilizassem o computador, o local referido para uma possível utilização seria a casa própria (79,8%), seguidamente a Universidade Sénior (16,0%) e os locais públicos com Internet (9,6%). Para estes participantes, se utilizassem o computador, 140 participantes (74,5%) seria para aceder à Internet, 104 participantes (55,3%) escreviam textos e 60 participantes (31,9%) afirmam que seria para enviar/receber *emails*, conforme se pode verificar através dos dados expostos no **Anexo 2**.

6.3.2.1. Potencial finalidade de utilização da Internet

A potencial finalidade de utilização da Internet por estes participantes seria sobretudo para “Para procurar informação”, opção escolhida por 132 participantes (70,2%), para “Enviar *emails*” com uma representatividade de 92 participantes (48,9%) e como terceira finalidade mais apontada seria “Para falar com familiares e amigos”, opção escolhida por 72 participantes (38,3%), conforme se pode verificar através da análise da **Tabela 6.11** (cf. **Anexo 2**).

Tabela 6.11: Potencial utilização da Internet (Nº e %) pelos participantes sem aprendizagem em TIC

Potencial utilização da Internet	Frequência relativa	Frequência relativa %
Para procurar informação	132	70,2
Enviar <i>emails</i>	92	48,9
Para falar com familiares e amigos	72	38,3
Como forma de ocupação dos tempos livres	48	25,5
Pesquisar informação sobre saúde	32	17,0
Utilizar o Facebook outra rede social	24	12,8

Relativamente à potencial utilização da Internet pelos participantes sem aprendizagem em TIC, ao aplicar-se o teste qui-quadrado às opções mais escolhidas com o cruzamento com as seis variáveis sociodemográficas obteve-se as seguintes associações:

- a) Enviar *emails* e as variáveis a') Habilitações Literárias e Profissão
- b) Pesquisar informações sobre Saúde e a variável b') Habilitações Literárias

Analisando a possível associação entre enviar *emails* e habilitações literárias obteve-se um valor de qui-quadrado de 12,285 e um p-valor de $0,031 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos,

Tabela 16 do **Anexo F**, verifica-se que os participantes que possuem com antigo 5^o ano, curso comercial, industrial ou equivalente são aqueles que potencialmente enviavam *emails* se utilizassem a Internet.

Analisando a possível associação entre enviar *emails* e profissão, obteve-se um valor de qui-quadrado de 12,825 e um p-valor de $0,013 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 17** do **Anexo F**, verifica-se que são os Pequenos empresários, proprietários e comerciantes aqueles que menos enviariam *emails* se utilizassem a Internet.

Analisando a possível associação entre pesquisar informações sobre saúde e habilitações literárias, obteve-se um valor de qui-quadrado de 17,604 e um p-valor de $0,003 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 18** do **Anexo F**, verifica-se que os participantes que possuem o ensino secundário ou equivalente e os que possuem o antigo 5^o ano, curso comercial, industrial ou equivalente são aqueles que pesquisavam informações sobre saúde se utilizassem a Internet, e os que possuem instrução primária incompleta aqueles que menos pesquisariam informações sobre saúde.

6.3.3. Perigos na Internet para os participantes sem aprendizagem em TIC

Apesar desta subamostra não utilizar a Internet, mesmo assim considerou-se importante indagar acerca dos principais perigos que a Internet pode causar junto dos indivíduos. Deste modo, a grande maioria, 166 participantes (88,3%) consideram que a Internet tem perigos, enquanto 6 participantes (3,2%) consideram-na sem perigos. Fazendo a indexação dos diferentes perigos da Internet, pode-se referir que “Expor as crianças a conteúdos indesejados” é o principal perigo (47,9%), segue-se o “Fraude” (39,4%), “Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais” (33,0%),

“Invasão de privacidade” (24,5%), “Roubos” (23,4%), “Criação de dependência/vício” (22,3%), “Leva ao afastamento familiar” (20,2%) e por último pode ser considerada um “Estímulo à violência” (18,1%), conforme se pode verificar na **Tabela 6.12** (cf. **Anexo 2**). Tal como se verificou na análise do **Questionário A** para estes participantes também a prioridade dos perigos da Internet relaciona-se com aquilo que é mediatizado pelas massas.

Tabela 6.12: Perigos (Nº e %) da Internet para os participantes sem aprendizagem em TIC

Perigos da Internet	Frequência relativa	Frequência relativa %
Expor as crianças a conteúdos indesejados	90	47,9
Fraude	74	39,4
Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais	62	33,0
Invasão de privacidade	46	24,5
Roubos	44	23,4
Criação de dependência/vício	42	22,3
Leva ao afastamento familiar	38	20,2
Estímulo à violência	34	18,1

6.3.4. Representações do envelhecimento para os participantes sem aprendizagem em TIC

Relativamente à Secção II *Representações do Envelhecimento* em relação à questão como encara o seu próprio envelhecimento, 98 participantes (52,1%) encaram esta fase da vida “Com naturalidade”, 46 participantes (24,5%) “Com otimismo” e 42 participantes (22,3%) “Com preocupação”. Acerca do grau de satisfação que têm com a sua vida em geral, 116 participantes (61,7%) dizem estar “Satisfeitos”, 32 participantes (17,0%) dizem-se “Muito satisfeitos” e 24 participantes (12,8%) afirmam estar “Pouco satisfeitos” com a sua vida em geral, conforme se pode constatar através da análise da **Tabela 6.13**.

Tabela 6.13: Representações (Nº e %) do envelhecimento/satisfação com a vida por parte dos participantes sem aprendizagem em TIC

Representações do envelhecimento/satisfação com a vida		Frequência relativa	Frequência relativa %
Como encara o seu próprio Envelhecimento	Com naturalidade	98	52,1
	Com otimismo	46	24,5
	Com preocupação	42	22,3
Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral	Satisfeito	116	61,7
	Muito Satisfeito	32	17,0
	Pouco Satisfeito	24	12,8

Quando foram questionados se sentem que são tratados de forma diferente se não tiverem conhecimentos no âmbito das TIC, 80 participantes (42,6%) responderam negativamente a esta questão e 70 participantes (37,2%) responderam positivamente. Não é muito evidente a diferença entre o sim e o não, contudo houve mais respostas negativas. Deste modo pode-se inferir que estes participantes não se sentem discriminados por não terem conhecimentos no âmbito das TIC. Aos participantes que responderam positivamente ao facto de se sentirem que são tratados de forma diferente se não tiverem conhecimentos no âmbito das TIC, as três opções mais escolhidas que se enquadram mais no perfil destes participantes ou forma de estar face às TIC, foram: “Sempre vivi sem TIC” e “Faço a minha vida sem TIC” com o mesmo número de respostas (24,5% cada) e a outra expressão mais escolhida foi “As TIC só são úteis aos jovens” com uma representação estatística de 13,8%, conforme se pode verificar no **Anexo 2**. Relativamente a estes dados não parece que estes participantes necessitem das TIC para a sua vida diária. Uma potencial explicação para as duas opções mais escolhidas poderá estar relacionada com o facto no decorrer da sua vida profissional não ter havido uma exposição às TIC de forma mais frequente e assídua. A terceira opção mais escolhida vem demonstrar um estereótipo mais ou menos generalizado e aceite que associa as TIC aos jovens, tal como se tem verificado em algumas investigações realizadas que abordaram este assunto (Cutler, 2006; Gil, 2011; Gil & Amaro, 2011a).

6.3.5. Potenciais impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento: opinião dos participantes sem aprendizagem em TIC

Nesta secção expõem-se os dados obtidos relativos à última questão do **Questionário B (Q13)** como já foi referido anteriormente (Secção 5.3.1. do Capítulo V), as diferentes opções foram divididas em três *clusters*: mental, social e multidimensional. Na **Tabela 6.14** encontra-se as cinco principais opções escolhidas pelos participantes sem aprendizagem em TIC e agrupadas de acordo com os *clusters* correspondentes.

Ao observar-se a **Tabela 6.14** (cf. **Anexo 2**) pode-se constatar que os cinco principais potenciais impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento estão relacionados, três com o *cluster social*, um com o *cluster mental* e um com o *cluster multidimensional*. Verifica-se que 94 participantes (50,0%) consideram que aprendizagem das TIC promove a comunicação (*cluster social*), 84 participantes (44,7%) afirmam que ajuda a diminuir a solidão (*cluster social*) e 74 participantes (39,4%) referem que esta aprendizagem estimula a memória (*cluster mental*). Para 68 participantes (36,2%) a aprendizagem das TIC promove a inclusão social (*cluster social*) e por último 60 participantes (31,9%) referem que esta aprendizagem torna o envelhecimento mais ativo (*cluster multidimensional*).

Tabela 6.14: Potenciais impactos (Nº e %) da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento pelos participantes sem aprendizagem em TIC

Opções	Frequência relativa	Frequência relativa %
A aprendizagem das TIC promove a comunicação (<i>cluster social</i>)	94	50
A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão (<i>cluster social</i>)	84	44,7
A aprendizagem das TIC estimula a memória (<i>cluster mental</i>)	74	39,4
A aprendizagem das TIC promove a inclusão social (<i>cluster social</i>)	68	36,2
A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo (<i>cluster multidimensional</i>)	60	31,9

A falta de integração diária das TIC nas rotinas destes participantes desta subamostra indica que estes possuem uma ideia mais veiculada pela sociedade sobre os impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento, uma vez que as opções escolhidas incidem três no «Bem-estar social» (comunicação, solidão, inclusão social) e uma no «Bem-estar mental» (memória). Estes participantes fazem referência também ao facto das TIC tornarem o envelhecimento mais ativo o que revela que apesar de não terem um contacto direto com a aprendizagem das TIC têm conhecimento dos benefícios das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

Ao aplicar-se o teste qui-quadrado às cinco opções mais escolhidas relativamente à questão dos impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento e se cruzar estas opções com as seis variáveis sociodemográficas, obteve-se as seguintes associações:

- a) A aprendizagem das TIC promove a comunicação e as variáveis a') Habilitações Literárias e Profissão
- b) A aprendizagem das TIC estimula a memória e as variáveis b') Idade e Habilitações Literárias
- c) A aprendizagem das TIC promove a inclusão social e a variável c') Idade

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC promove a comunicação e habilitações literárias, obteve-se um valor de qui-quadrado de 30,182 e um p-valor de $0,000 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 21** do **Anexo H**, verifica-se que são os participantes que possuem o antigo 5.º ano, curso comercial, industrial ou equivalente e curso superior completo aqueles que mais referem que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria a promoção da comunicação.

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC promove a comunicação e profissão, obteve-se um valor de qui-quadrado de 24,634 e um p-valor

de $0,001 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 22** do **Anexo H**, constata-se que são os participantes que possuem profissões relacionadas com Quadros superior da administração Pública e empresas e profissões liberais e os Técnicos de nível intermédio que mais referem que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria a promoção da comunicação, comparativamente ao Pessoal administrativo, técnicos de vendas e similares que menos concordam com a afirmação que a aprendizagem das TIC promove a comunicação.

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC estimula a memória e idade obteve-se um valor de qui-quadrado de 15,327 e um p-valor de $0,009 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 23** do **Anexo H**, verifica-se que os participantes com idade entre 54 a 59 anos são aqueles que mais referem que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria o estímulo da memória.

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC estimula a memória e habilitações literárias obteve-se um valor de qui-quadrado de 13,630 e um p-valor de $0,018 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 24** do **Anexo H**, verifica-se que são os participantes com curso superior completo que mais referem que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria o estímulo da memória e os participantes que tem instrução primária incompleta são aqueles que menos consideram que a aprendizagem das TIC estimula a memória.

Analisando a possível associação entre a aprendizagem das TIC promove a inclusão social e idade obteve-se um valor de qui-quadrado de 11,554 e um p-valor de $0,041 < 0,05$, o que indica existir associação entre variáveis. Consultando a tabela de contingência respetiva e resíduos, **Tabela 25** do **Anexo H**, constata-se que são os participantes com idades entre os 66 e 71 anos aqueles que mais referem que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria a inclusão social, os participantes que

tem 54 a 59 anos e 84 a 89 anos são aqueles que menos concordam que aprendizagem das TIC promove a inclusão social.

6.4. Análise comparativa dos Questionários A e B

Neste subcapítulo, pretende-se efetuar uma interpretação dos resultados obtidos através da aplicação dos questionários, de forma a compreender quais as semelhanças e diferenças que foram obtidas nas respostas no seio das duas subamostras.

A inclusão digital é uma necessidade sentida por todos os indivíduos que constituem a sociedade atual, uma vez que para o indivíduo se sentir integrado nela, deve incorporar nas suas rotinas as inovações e as mudanças sociais que vão ocorrendo. O mesmo deve acontecer com as pessoas idosas, que para estarem integradas na era digital, podem e devem aprender TIC, para que possam ter rotinas diárias mais ativas, mais produtivas e mais adequadas aos desafios e aos contextos que são requeridos no âmbito da presente sociedade digital. O grande objetivo da aplicação dos questionários à população com 50 e mais anos que frequentam as Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco foi o de recolher experiências e opiniões sobre aspetos relacionados com as TIC, em particular com o computador e Internet, no sentido de se compreender qual o impacto da aprendizagem das TIC no seu «Bem-estar» ao longo do processo de envelhecimento.

Relativamente às questões aplicadas aos participantes das Universidades Seniores, estas foram agrupadas em secções, de forma a facilitar a apresentação e compreensão das mesmas, as quais serão submetidas a um processo de carácter comparativo, crítico e reflexivo.

Em relação aos fatores que explicam a escolha pela aprendizagem das TIC, os participantes com aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário A**

referiram que um dos principais fatores foi “para atualizar conhecimentos”, mostrando que as pessoas idosas se sentem excluídas das tecnologias digitais procurando atualizar-se através da aprendizagem das TIC e na inscrição dos cursos/formações relacionados com as TIC, tal como foi igualmente comprovado em outros estudos (Varela, 2012; Gomes, 2014; Núncio, 2015). O segundo fator mais mencionado foi “para estar ativo intelectualmente”, o que revela que as TIC são um meio através do qual é possível o estímulo das capacidades cognitivas. De uma maneira geral, as pessoas idosas possuem dificuldades de raciocínio e perda de memória como consequência das alterações cognitivas. Esta situação acontece mais quando os indivíduos estão cansados, desconcentrados ou sob *stress*, com depressão e com ansiedade que pode interferir na perda da memória (Crook, 2006). Neste sentido, a aprendizagem das TIC poderá contribuir para a ativação da memória pois, normalmente, por acomodação, não se usam todos os neurónios existentes no cérebro. Como todo o músculo, se não for exercitado, o cérebro atrofia, apagando inclusive uma parte ou mesmo quase todas as lembranças. Com a aprendizagem das TIC as pessoas passam a ter oportunidades para exercitarem a memória e podem aumentar a sua capacidade de retenção. Também foi referido por estes participantes a necessidade de “usar mais e melhor o computador que têm em casa” e “para se sentirem mais autónomos com o mesmo”, o que mostra o sentido de independência e autonomia por parte das pessoas idosas face às TIC.

A subamostra que respondeu ao **Questionário A**, foram os participantes com um nível académico superior, aqueles que possuíam o ensino secundário ou equivalente que escolheram aprender TIC para atualizar conhecimentos. Esta realidade tem uma ligação próxima com os níveis mais elevados de escolaridade, tendo em consideração que a literacia é fundamental para inovar e adicionar novos conhecimentos, incluída no paradigma da formação ao longo da vida. Além das habilitações literárias, o rendimento também influenciou a opção pela aprendizagem das TIC, verificou-se também nesta subamostra que foram os participantes com um rendimento entre 750€ e 1500€ que referiram como fator que os levou a aprender TIC o facto de estarem ativos intelectualmente. Neste sentido, pode-se afirmar que quem possua melhores condições financeiras tem mais possibilidades de adquirir dispositivos digitais e através

da sua utilização está mais desperto para o facto da aprendizagem das TIC promover uma atividade intelectual mais ativa.

Relativamente aos fatores que explicam a não aprendizagem das TIC, os participantes sem aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário B** referem em primeiro lugar o facto de “ser muito difícil” e em segundo lugar a “falta de interesse”. Estes dois fatores revelam que a falta de competências digitais conduz ao medo e resistência às TIC pelo facto de não terem conhecimentos nesta área. No contexto da análise do questionário verificou-se que a variável habilitações literárias também interfere neste âmbito, pois quem respondeu que não tem interesse foram os participantes que possuem o curso superior completo, talvez pelo facto destes terem alguns conhecimentos nesta área. Os participantes com baixa escolaridade revelaram interesse em aprender TIC, talvez pelo facto de não terem literacia os leva a quererem aprender TIC. Neste sentido, uma formação em TIC mostra ser fundamental para mudar o tipo de preconceitos de carácter mais «tecnofóbico».

Como terceiro fator apontado por estes participantes para a não aprendizagem das TIC foi a falta de um computador. Neste aspeto constatou-se que quem referiu este fator foram maioritariamente os participantes com um rendimento inferior a 500€ e entre 500€ e 750€. Verifica-se mais uma vez, que as condições financeiras influenciam a aquisição de dispositivos digitais. Se as pessoas idosas não tiverem meios monetários para adquirirem um computador para poderem praticar em casa os conteúdos que aprendem nas aulas, provavelmente têm menos motivação para a aprendizagem das TIC. Tal como refere Garcia (2001), torna-se difícil por vezes as pessoas idosas integrarem-se na sociedade digital, pois geralmente são pessoas aposentadas que recebem reformas baixas e uma mensalidade no seu orçamento para comprar um computador e aceder à Internet torna-se dispendioso. Apesar de algumas facilidades já existentes na aquisição de equipamentos e acesso à Internet, esta é ainda uma aquisição que não é considerada prioritária. A situação poderá ser alterada no futuro, pela diminuição do preço desse equipamento e outra forma de democratizar esse acesso à Internet, seria que as Bibliotecas Públicas, Centros de Convívio, Centros

Comunitários, Centros de Cultura de cada bairro, tivessem computadores ligados à Internet, disponíveis para esta faixa etária e recursos humanos para acompanhar as pessoas idosas na formação em TIC e na utilização destes recursos.

A subamostra do **Questionário B** também referiu não ter idade para aprender TIC, situação que pode estar associada ao estereótipo que as TIC só são para os jovens e as pessoas idosas já não sentem capacidade nem motivação em aprender TIC. Além disto, estes participantes também mencionaram os motivos de saúde como fator da não aprendizagem das TIC, o que indicia que as alterações fisiológicas e psicológicas ao longo do processo de envelhecimento poderão ser consideradas obstáculos à aprendizagem das TIC.

No entanto, quando a subamostra do **Questionário B** foi questionada se gostava de aprender TIC, computador e Internet, 52,1% dos participantes referiu que não necessitavam de aprender TIC, nem computador nem Internet, possivelmente pelo facto de não terem noção da utilidade das TIC nas suas vidas e também talvez por não terem oportunidade de possuir e conhecer um computador. Contudo, 24,5% destes participantes referiram que gostavam de aprender a utilizar o computador e 22,3% gostavam de aprender a utilizar a Internet, o que indica existir algum interesse por parte desta subamostra em aprender TIC. Esta situação é corroborada pelo opinião quase unânime (92,6%) desta subamostra em considerar positiva a aprendizagem das TIC. Perante esta situação pode-se inferir que estes participantes tem noção das oportunidades que as TIC oferecem e não querem sentir-se excluídos e distanciados do impacto pessoal que as TIC proporcionam.

Os principais interesses que leva a subamostra do **Questionário A** aprender TIC são para usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e para usar os motores de busca (ex. Google) para pesquisa na Internet, sendo estas as opções com mais representatividade estatística. O uso da Internet varia entre as pessoas idosas, para muitos, a função mais importante é o correio eletrónico, que utilizam praticamente todos os dias, quer para enviar, quer para receber mensagens. Para as

peessoas idosas, o *email* é um instrumento interessante, pois eles podem comunicar-se, por exemplo, com familiares distantes com maior frequência, devido à rapidez e facilidade na transmissão das mensagens. Para Lima (2008), a Internet é uma possibilidade de tirar a pessoa idosa da sua zona de conforto (lar, televisão, netos) e colocá-la num caminho de novas aprendizagens que possam melhorar a sua qualidade de vida. No seu estudo, Hilt e Lipschultz (2004), referem que quando as pessoas idosas navegam na *Web*, normalmente procuram informação acerca dos seus interesses especiais, recorrem ao *Google.com* para encontrarem *sites* referentes à meteorologia, culinária, destino de viagens, saúde, jogos e entretenimento.

Nesta investigação foram os participantes com o ensino secundário ou equivalente que revelaram este interesse de usar o correio eletrónico, pois possuem um nível educacional superior e, provavelmente, uma rede de contactos que os leva a uma necessidade maior de enviar *emails*. Outro interesse apontado por estes participantes foi para utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e também foram os participantes com o curso superior completo e com um rendimento entre 1000€ e 1500€ e mais de 2000€ que revelaram este interesse. Possivelmente devido às suas habilitações literárias e condição financeira terão uma maior necessidade de utilizar programas na sua vida pessoal e até como complemento a outras disciplinas da Universidade Sénior.

A subamostra do **Questionário A** também referiu como principal interesse para aprender TIC o uso do Skype e a utilização das redes sociais (Facebook/Twitter) para falar com outras pessoas. Esta situação é transversal a vários estudos que indicam que as pessoas idosas valorizam a utilidade das ferramentas da *Web 2.0*, também designada por *Web Social*, que veio criar novas formas de utilização da Internet onde se destacam as redes colaborativas e onde a interação é enormemente promovida. Como referem Páscoa e Gil (2013), na *Web Social* criam-se condições para que cada utilizador seja um coprodutor de novos conhecimentos.

As principais dificuldades que os participantes da subamostra do **Questionário A** encontraram na aprendizagem das TIC foram o facto do número de aulas por semana ser muito pouco, falta de conhecimentos anteriores em TIC, dificuldades nos programas e foi a falta de uma pessoa que os ajudasse fora da formação em TIC. Nestas dificuldades apontadas a variável habilitações literárias também interferiu, verificando-se que os participantes com instrução primária foram aqueles que referiram que o número de aulas por semana era pouco e que faltava uma pessoa que os ajudasse fora da formação em TIC, o que poderá revelar que os participantes com baixa escolaridade possuem falta de autonomia, têm necessidade de mais aulas de formação em TIC por semana para solidificar os seus conhecimentos e de uma pessoa fora da formação que sirva de orientação e apoio para eventuais esclarecimentos de dúvidas e os ajude a treinar os conhecimentos aprendidos nas aulas.

Outra dificuldade apontada foi a falta de conhecimentos anteriores em TIC, situação justificada pelo facto de alguns participantes terem os seus primeiros contactos com o computador ainda no local de trabalho, mas essa utilização em contexto laboral limitava-se a programas específicos e não passava pela utilização da Internet. Além disso, mesmo a capacidade de utilização destes programas em contexto de trabalho era débil. No entanto, um contacto prévio com o computador em contexto laboral pode, nestes casos, trazer uma confiança adicional para explorar depois, durante a reforma, outros usos do computador. Com efeito, de acordo com Kachar (2011), as dificuldades para a aprendizagem das TIC pelas pessoas idosas poderá ser ultrapassada se estas seguirem o seu próprio ritmo, parando com frequência e sendo-lhe dado mais tempo para a resolução de uma tarefa. Por isso, é muito importante que as pessoas idosas tenham por perto o professor, por vezes também professores idosos com quem melhor se identificam.

No entender de Costa (2010), para que a sua aprendizagem tenha sucesso, é preciso que as pessoas idosas não sejam tratadas como principiantes mais jovens e muito menos comparados com eles em tarefas computacionais específicas. Um ingrediente fundamental para uma aprendizagem de sucesso por parte de alunos seniores é uma

experiência inicial positiva com os computadores, para combater a chamada alienação tecnológica, o que, em parte, se consegue com um curso especialmente concebido para pessoas idosas, destinado a ensinar os conceitos e as manipulações básicas.

A utilização preferencial da Internet dos participantes da subamostra do **Questionário A** concretiza-se, essencialmente, para procurar informação e enviar *emails*, sendo os participantes que possuem o curso superior completo e os participantes com profissões relacionadas com o Quadro superior da administração pública aqueles que utilizam a Internet para esta finalidade. Mais uma vez se verifica que as habilitações literárias mais elevadas e as profissões que exigem maior capacidade intelectual têm grande influência no tipo de utilização da Internet. Ainda neste âmbito da utilização da Internet por estes participantes, verificou-se que são os participantes com idade compreendida entre os 53 e 58 anos, aqueles que utilizam mais o Facebook ou outra rede social, possivelmente porque alguns participantes na sua atividade profissional já tinham tido alguma aproximação a esta rede social digital e outros participantes reformados provavelmente também mostraram curiosidade e interesse em utilizar esta rede social digital atualmente tão divulgada. Para Páscoa (2012), a utilização do Facebook é um fomento das relações intergeracionais, não só porque estão mais preparados para conseguir decodificar e participar nas conversas dos mais novos, mas também porque a ajuda na aprendizagem e na utilização da Internet é feita normalmente por familiares, amigos e colegas mais jovens. Estas relações intergeracionais são, por isso, fomentadas quer a nível familiar, quer entre colegas, amigos, ou membros da comunidade social em que se inserem.

As outras finalidades mais apontadas para a utilização da Internet por estes participantes foram a ocupação dos tempos livres e pesquisa de informações sobre saúde, situações que são igualmente corroboradas em outros estudos (Rebelo, 2013; Miné, 2014). Pois, a necessidade de preencher o tempo livre é apontada como principal motivação para usar a Internet por parte da população idosa e os temas mais comuns de pesquisa de informação na Internet nesta faixa etária são geralmente relacionados com saúde, informações para o dia a dia e curiosidades.

A potencial utilização mais importante da Internet pelos participantes da subamostra do **Questionário B** incidiu na procura de informação e no envio de *emails* e foram os participantes que possuíam o antigo 5º ano aqueles que utilizariam a Internet para enviar *emails* e os Pequenos empresários, proprietários e comerciantes aqueles que menos enviariam *emails* se utilizassem a Internet. Isto pressupõe que as variáveis habilitações literárias e profissão influenciam uma potencial utilização da Internet por parte destes participantes. Verificou-se também que os participantes que possuíam o ensino secundário e o antigo 5º ano também referiram que uma provável utilização da Internet seria a de pesquisar informações sobre saúde o que demonstra por parte desta subamostra um conhecimento das potencialidades da Internet relacionada com a pesquisa de temas do interesse de cada um.

Fazendo uma breve comparação da finalidade de utilização de Internet destas duas subamostras pode-se inferir que os participantes com aprendizagem em TIC e os participantes sem aprendizagem em TIC utilizam/utilizariam a Internet para as mesmas finalidades, isto é, para procurar informação, para enviar *emails*, para falar com familiares e amigos, como forma de ocupação dos tempos livres, para utilizar o Facebook ou outra rede social e para pesquisa de informações sobre saúde. Além desta situação, pode-se afirmar que as habilitações literárias e a profissão são variáveis que influenciam a real e potencial finalidade de utilização da Internet por parte dos participantes desta investigação.

Quando foram questionados os participantes da subamostra do **Questionário A** e do **Questionário B** sobre a existência de perigos na Internet, a maioria dos participantes de ambas as subamostras afirmaram positivamente a esta questão. As situações mais preocupantes escolhidas por estas subamostras e com representatividade estatística foram expor as crianças a conteúdos indesejados, a fraude e os roubos. Os dados apurados vêm ao encontro da publicitação de situações que são veiculadas ao nível da comunicação social e que têm uma ligação mais próxima com a realidade e vivências destes participantes. Outras questões também veiculadas pela comunicação social e

que reportam ao facto da Internet poder levar ao afastamento das relações interpessoais presenciais e familiares, bem como ao estímulo à violência, os participantes destas subamostras manifestaram pouca expressividade estatística quanto a estes perigos, talvez pela razão de não constituir uma preocupação ou de não estarem no âmbito das suas rotinas diárias.

No que concerne às representações do envelhecimento ambas as subamostras encaram o envelhecimento com naturalidade e estão satisfeitas com a sua vida em geral. Esta situação é corroborada com alguns estudos sobre o Bem-estar da população idosa. Tal como afirmam Costa (2010) e Cabral et al. (2013), o nível de satisfação de vida na terceira idade é elevado, em comparação com os demais adultos, as pessoas idosas têm uma taxa de absentismo inferior aos adultos mais jovens, menos acidentes e maior constância de rendimento no trabalho, a dependência não é apanágio da velhice, antes se verifica em qualquer fase da vida. As pessoas idosas não são, por definição, avessos à mudança, podendo adaptar-se a situações novas, como o resto das pessoas, à medida que se envelhece, as idiossincrasias de cada um acentuam-se, aos mais diversos níveis (das ideias, convicções, traços da personalidade, do humor, etc.), mantendo muitas pessoas idosas os laços de amizades, contactando intimamente com a sua família e empenhando-se em atividades sociais.

Em relação ao impacto da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento, os participantes da subamostra do **Questionário A** referiram que este impacto incide no «Bem-estar mental», nomeadamente ao nível do estímulo da memória e da melhoria das capacidades intelectuais. Assim, os participantes com o antigo 5º ano são aqueles que referem estimulação da memória através da aprendizagem das TIC e foram os participantes com rendimento de 1000€ e 1500€ que mencionaram que a aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais. Perante estes dados poderá constatar-se que as variáveis habilitações literárias e rendimento têm influência direta no «Bem-estar mental» desta subamostra. Ao nível do impacto da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social», estes participantes referiram que a aprendizagem das TIC promove a comunicação e ajuda a diminuir a solidão. Uma possível explicação para este resultado pode estar relacionada com o

foco de interesse da população idosa pelo acesso a relações pessoais, contactos e comunicação através das TIC. São fatores como a solidão, a necessidade de compreender aquilo de que os outros falam, de modo a poder participar nas conversas, a integração nas suas comunidades, os mais apontados por esta faixa etária como motivações para começar ou continuar a utilizar as TIC.

Em relação aos impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento, os participantes da subamostra do **Questionário B** referiram que este impacto incide no «Bem-estar mental», nomeadamente ao nível do estímulo da memória e são os participantes que possuem curso superior completo e com idades compreendidas entre os 54 a 59 anos que referem esta situação. A variável habilitações literárias e idade tem influência no «Bem-estar mental» desta subamostra. Estes participantes também referiram impacto da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social», nomeadamente ao nível da promoção da comunicação em que são os participantes com o antigo 5º ano e com o curso superior completo e como atividade profissional de Quadros superiores da administração pública e Técnicos de nível intermédio, aqueles que referem esta situação. Ainda ao nível do «Bem-estar social», estes participantes referem que a aprendizagem das TIC promove a inclusão social e são os participantes com idades compreendidas entre os 66 a 71 anos que referem esta situação. As variáveis habilitações literárias, profissão e idade têm influência no «Bem-estar social» desta subamostra.

Neste contexto, pode-se dizer que a inclusão digital é parte da inclusão social e são as pessoas idosas mais velhas desta subamostra do **Questionário B** que possivelmente se sentem mais infoexcluídas, mas possuem conhecimento da estreita relação entre inclusão digital e social. A inclusão digital da pessoa idosa e a aprendizagem ao longo da vida devem interagir de forma a que as instituições de educação invistam numa educação inclusiva, digital e permanente, incluindo a aprendizagem das TIC e possibilitando que cada pessoa seja protagonista do seu próprio conhecimento e aprenda ao seu ritmo.

Fazendo uma síntese comparativa das opiniões dos participantes sobre os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar» ao longo do processo de envelhecimento, pode-se inferir que as habilitações literárias e rendimento são variáveis com relevância na subamostra do **Questionário A**, uma vez que os participantes com um nível educacional e rendimento mais elevado consideram que a aprendizagem das TIC tem impactos no seu «Bem-estar mental». O uso diário das TIC por estes participantes nas suas rotinas diárias e a provável aquisição de equipamentos digitais, possivelmente favorece a componente cognitiva destes participantes. As habilitações literárias, profissão, idade, são variáveis com relevância na subamostra do **Questionário B**, uma vez que os participantes com um nível educacional mais elevado, profissões que exijam algum nível intelectual e com idade compreendidas entre 54 a 59 anos e 66 a 71 anos consideram que a potencial aprendizagem das TIC poderia ter impactos no seu «Bem-estar mental» e «Bem-estar social», pois possuem a opinião que a aprendizagem das TIC estimula a memória e promove a comunicação e a inclusão social.

Analisando a **Tabela 6.15** pode-se constatar que os participantes com aprendizagem em TIC consideram esta aprendizagem de uma forma equilibrada porque já se sentem digitalmente incluídos. Esta aprendizagem possui impactos no «Bem-estar mental» ao nível da memória e capacidades intelectuais. Neste sentido, a utilização das TIC no seu quotidiano permite que estes tenham uma experiência mais profunda das suas potencialidades nomeadamente na componente cognitiva. Além desta situação, a inclusão das TIC no seu quotidiano também pode indiciar uma opinião mais formada sobre a promoção da comunicação e a diminuição da solidão através das TIC, dimensões assinaladas por estes participantes que incidem no «Bem-estar social».

Os participantes sem aprendizagem em TIC direccionaram mais a sua opinião para os impactos desta aprendizagem no «Bem-estar social», nomeadamente ao nível da promoção da comunicação, diminuição da solidão e promoção da inclusão social, pois possivelmente sentem que a inclusão social só poderá ser total se houver inclusão digital e também provavelmente pelo facto de não possuírem uma experiência pessoal com esta aprendizagem e só possuírem um conhecimento daquilo que é vinculado em

particular na comunicação social e em geral na sociedade atual sobre a importância das TIC a um nível global, nacional e local.

É pertinente referir que ambas as subamostras fazem referência ao envelhecimento ativo, o que poderá indicar que estes participantes com e sem aprendizagem em TIC têm conhecimento que esta aprendizagem tem subjacente o «Bem-estar mental» e o «Bem-estar social» e a importância das TIC para a otimização de um envelhecimento ativo, participativo e colaborativo.

Tabela 6.15: Quadro resumo das opiniões dos participantes sobre os impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento

Participantes com aprendizagem em TIC		Participantes sem aprendizagem em TIC	
Cluster Mental	- Memória - Capacidades Intelectuais	Cluster Mental	- Memória
Cluster Social	- Comunicação - Solidão	Cluster Social	- Comunicação - Solidão - Inclusão Social
Cluster Multidimensional	- Envelhecimento Ativo	Cluster Multidimensional	- Envelhecimento Ativo

CAPÍTULO VII: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS QUALITATIVOS

No Capítulo VII faz-se a análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas indicando as perspetivas dos Diretores das Universidades Seniores (7.1.), fazendo-se referência aos fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC (7.1.1.), nomeadamente os fatores sociais (7.1.1.1.) e os fatores culturais (7.1.1.2). Aborda-se as questões que relacionam as pessoas idosas e as TIC (7.2.), nomeadamente na vertente da importância das TIC para a população idosa (7.2.1.), da importância das TIC na formação ao longo da vida (7.2.2.) e na relevância das TIC em relação às outras disciplinas (7.2.3.). Faz-se referência aos impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento (7.3.), na dimensão do Bem-estar mental (7.3.1.) e na dimensão do Bem-estar social (7.3.2.). Ainda na análise destas entrevistas aos Diretores das Universidades Seniores discutem-se as políticas sociais (7.4.) relacionadas com políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa (7.4.1.), com as políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida (7.4.2.) e com as políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa (7.4.3.).

Seguidamente, faz-se a análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas indicando as perspetivas dos Professores de TIC das Universidades Seniores (7.5.), apresenta-se a caracterização do entrevistado (7.5.1.), aborda-se a temática das pessoas idosas e a formação em TIC (7.5.2.), principalmente na vertente da importância das TIC na formação ao longo da vida (7.5.2.1.), dos conteúdos programáticos das aulas de TIC (7.5.2.2.) e critérios dos conteúdos a lecionar (7.5.2.3.) e também acerca das estratégias e metodologias de ensino (7.5.2.4.). Faz-se menção aos fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC (7.5.3.), nomeadamente fatores sociais (7.5.3.1.) e fatores culturais (7.5.3.2.) e às competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC (7.5.4.) e aplicabilidade das competências digitais no quotidiano (7.5.4.1.). Faz-se igualmente alusão aos impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

(7.5.5.), na dimensão do Bem-estar mental (7.5.5.1.) e na dimensão do Bem-estar social (7.5.5.2.). Finaliza-se a análise destas entrevistas com a sugestão de alterações na formação em TIC para as pessoas idosas (7.5.6.) e menciona-se as alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC (7.5.6.1.).

Posteriormente, faz-se a análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas, indicando as perspetivas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores (7.6.). Apresenta-se a caracterização do entrevistado (7.6.1.), os fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC (7.6.2.), incluindo os fatores pessoais (7.6.2.1.), fatores sociais (7.6.2.2.) e fatores culturais (7.6.2.3). Aborda-se a temática das TIC e a formação (7.6.3.) e em particular, fala-se na importância das TIC na formação ao longo da vida (7.6.3.1) e nos argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC (7.6.3.2.). Enuncia-se as competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC (7.6.4.) e aplicabilidade das competências digitais no quotidiano (7.6.4.1.) bem como a aquisição de mais competências digitais (7.6.4.2.). Faz-se alusão, igualmente, como nas entrevistas anteriores aos impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento (7.6.5.) na dimensão dos impactos no Bem-estar mental (7.6.5.1.) e na dimensão dos impactos no Bem-estar social (7.6.5.2.). Finaliza-se este capítulo com a análise comparativa das entrevistas realizadas (7.7.).

7.1. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Diretores das Universidades Seniores

Após o registo digital de cada uma das cinco entrevistas realizadas aos Diretores das Universidades Seniores, procedeu-se à sua transcrição (**Apêndice H**). Depois de transcritas procedeu-se à análise de conteúdo (**Apêndice I**), sendo esta atividade norteadas pelas indicações de Bardin (2009). Com o apuramento das categorias e respetivas subcategorias, foram selecionadas as unidades de registo e o total das suas ocorrências. Seguidamente, vai proceder-se à apresentação das opiniões dos Diretores das Universidades Seniores que foram entrevistados e a sua apreciação crítica que é baseada nas inferências e no cruzamento das respostas que emergiram após a análise de conteúdo já referida. A **Tabela 7.1** permite a visualização de todas as categorias e respetivas subcategorias, assim como o número de registos/ocorrências. Para cada uma destas vertentes apresentam-se alguns exemplos das opiniões extraídas das entrevistas, com a finalidade de legitimar e tornar mais evidente a análise de conteúdo efetuada.

Tabela 7.1: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Diretores das Universidades Seniores

Categorias	Subcategorias	Nº Registos/Ocorrências
1. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	1.1. Fatores sociais	20
	1.2. Fatores culturais	20
		40
2. As pessoas idosas e as TIC	2.1. Importância das TIC para a população idosa	21
	2.2. Importância das TIC na formação ao longo da vida	21
	2.3. Relevância das TIC em relação às outras disciplinas	19
		61
3. Impactos da aprendizagem das TIC no bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	3.1. Impactos no bem-estar mental	14
	3.2. Impactos no bem-estar social	25
		39
4. Políticas sociais	4.1. Políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa	27
	4.2. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida	25
	4.3. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa	21
		73

7.1.1. Os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC

Em relação aos fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC, os Diretores das Universidades Seniores foram questionados sobre os «Fatores sociais» e «Fatores culturais» que influenciam essa aprendizagem, em que se obtiveram para ambas as subcategorias 20 registos/ocorrências.

7.1.1.1. Fatores sociais

Em relação aos fatores sociais, estes incidem essencialmente na necessidade de comunicação com os filhos e netos, opinião emitida por vários Diretores (D1, D2, D4):

“(...) utilizar os meios que lhes permitem falar com os netos, comunicar à distância (...)” (D1)

“(...) é para comunicar, para se aproximarem dos filhos e dos netos (...)” (D2)

“O primeiro fator é o contacto com os filhos que estão fora (...)” (D4)

Outro fator social apontado por estes entrevistados foi a atualização de conhecimentos, pois as pessoas idosas não querem ficar excluídas das TIC, elas querem estar integradas nos avanços tecnológicos da presente sociedade digital e estarem familiarizadas com a nova linguagem que os mais novos utilizam (D1, D2, D3):

“(...) aperceberam-se que também existia este mundo e perceberam que também era importante que se fossem atualizando (...)” (D1)

“(...) mais familiarizados com esta nova linguagem das novas tecnologias, agora os netos só falam em bytes e os mais velhos não querem ficar excluídos das conversas (...)” (D2)

“(...) procuram as TIC para atualizar conhecimentos (...)” (D3)

Nas entrevistas há referência ao isolamento que abrange muitas pessoas idosas e estas podem enfrentar melhor este isolamento se tiverem em contacto com outras pessoas através das TIC (D3). As TIC, em contexto formativo, constituem o leque de disciplinas disponível para as pessoas idosas nas Universidades Seniores que promovem a redução do isolamento. As plataformas digitais existentes fazem parte da atualidade e todas podem ser importantes com a contribuição particular de cada uma delas. O Facebook e o Skype são exemplos de possíveis meios de contacto com baixo custo e boa qualidade que assumem um carácter social por parte das pessoas idosas (D4):

“Alguns seniores vivem isolados e as TIC são uma forma de estarem em contacto com outras pessoas (...)” (D3)

“(...) interesse social pelos Facebooks, Twitteres, Skypes (...)” (D4)

7.1.1.2. Fatores culturais

Relativamente aos fatores culturais, estes relacionam-se em primeiro lugar com a curiosidade em desmistificar esta área maioritariamente desconhecida para a população idosa e fundamentalmente em explorar as tecnologias (D2 e D3):

“(...) é a curiosidade, gostarem de aprender coisas novas, atração por uma novidade (...)” (D2)

“(...) todos gostam de ter contacto com estas tecnologias, gostam de experimentar, explorar, descoberta por este mundo novo (...)” (D3)

Em segundo lugar, outro fator cultural apontado pelos entrevistados foi a utilidade prática da disciplina de TIC com repercussões na sua vida quotidiana de modo a sentirem-se mais preparados para as suas rotinas diárias. Além disso, estes entrevistados também referiram o interesse por parte das pessoas idosas pela componente formativa, pelo conhecimento e o desejo de permanecerem ativas intelectualmente (D1, D4, D5):

“(...) frequentam esta disciplina para terem ainda alguma utilidade naquilo que ainda fazem, ainda lhes interessa terem essa componente formativa para se sentirem preparados para o dia a dia.” (D1)

“(...) todos estão despertos para o conhecimento (...)” (D4)

“(...) desejo de permanecer ativo do ponto de vista intelectual (...)” (D5)

É unânime a opinião expressada por vários Diretores das Universidades Seniores em referir a heterogeneidade do público que frequenta uma formação em TIC, uma vez que abrange pessoas idosas com diversas habilitações literárias unidas pela motivação em adquirir conhecimento (D2, D4, D5):

“(...) tenho conhecimento de pessoas com muito pouca habilitação e de outras de estrato social mais elevado e ambas estão muito contentes em saber ir à Internet.” (D2)

“(...) existem também vários alunos que têm habilitações mais baixas, todos estão despertos para o conhecimento (...)” (D4)

“(...) o público em geral que frequenta as TIC é muito heterogéneo, pois temos pessoas que mal sabem ler e escrever e também querem aprender TIC (...)” (D5)

Fazendo uma síntese desta categoria, pode-se afirmar através destes entrevistados que os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC relacionam-se com a comunicação com os familiares, com a atualização de conhecimentos e outro fator social está também relacionado com o facto das TIC constituírem uma forma de reduzir o isolamento que abrange muitas pessoas idosas. Em relação aos fatores culturais, estes relacionam-se com a curiosidade em desmistificar e explorar as TIC, com a utilidade prática da disciplina de TIC na vida diária, pelo interesse pela componente formativa e pela aquisição de conhecimento e ainda pelo desejo, por parte das pessoas idosas de permanecerem ativas intelectualmente.

7.2. As pessoas idosas e as TIC

Nesta categoria pretendeu-se compreender a opinião dos Diretores sobre a importância das TIC para a população idosa, a sua importância na formação ao longo da vida e a sua relevância em relação às outras disciplinas.

7.2.1. A importância das TIC para a população idosa

Na primeira subcategoria «Importância das TIC para a população idosa» foram obtidos 21 registos/ocorrências. Nesta subcategoria destaca-se a ideia principal de que as TIC permitem que a população idosa tenha acesso a um «mundo novo» através da comunicação por troca de *emails*, da utilização das redes sociais digitais de modo a efetivarem a sua inclusão digital (D1):

“As TIC dão a esta população o acesso a este mundo novo comunicar através da troca de emails, utilizar redes sociais. As pessoas cada vez mais se desligam da televisão e utilizam mais

os computadores, Internet e os smartphones. Os seniores estão incluídos nestas mudanças.” (D1)

A aquisição de conhecimentos também é muito útil para esta população idosa e muitas pessoas desta faixa etária procuram adquirir mais conhecimento através das TIC como forma de poderem prestar apoio aos netos nos estudos, sendo este conhecimento uma mais-valia nas relações intergeracionais (D3):

“(...) adquirirem novos conhecimentos, alguns seniores até referem que procuram saber mais para darem apoio aos netos nos estudos.” (D3)

Estes entrevistados consideram as TIC uma ferramenta digital muito útil, em especial, para as pessoas que têm pouca mobilidade. Segundo a opinião destes entrevistados, as pessoas que frequentam uma formação em TIC sentem motivação, integração e atividade, sendo igualmente muito benéfica e positiva esta aprendizagem (D2, D4, D5):

“(...) meio de entretenimento em especial para quem tem pouca mobilidade (...).” (D2)

“A importância das TIC é extraordinariamente benéfica para a população sénior porque os motiva, sentem-se integrados. Os nossos seniores são extremamente ativos (...).” (D4)

“(...) muito positiva, pois são os próprios seniores que o dizem. Nesta universidade sénior há muitos seniores a frequentar as TIC, isso demonstra que esta aprendizagem é muito útil para eles (...).” (D5)

7.2.2. A importância das TIC na formação ao longo da vida

Na segunda subcategoria «Importância das TIC na formação ao longo da vida» foram obtidos 21 registos/ocorrências. Esta subcategoria vai ao encontro da anterior e permite mostrar que segundo a opinião dos Diretores das Universidades Seniores, as TIC são encaradas tanto para desenvolver conhecimentos ao longo da vida, como para os aplicar na componente lúdica. Esta aprendizagem é encarada de forma muito

positiva pela população idosa, existindo um sentimento de orgulho na aprendizagem das TIC (D1, D2 e D4):

“(...) haverá pessoas que estarão mais interessadas em aprender ao longo da vida, outros utilizarão estes mesmos meios para se divertir. Estas ferramentas podem ser utilizadas tanto do ponto de vista lúdico, como para a aquisição de conhecimentos (...).” (D1)

“(...) as pessoas estão entusiasmadas a aprender. Os seniores encaram as TIC como algo de muito positivo na formação ao longo da vida.” (D2)

“(...) têm muito orgulho em mostrar aos outros que aprendem TIC, uma mais-valia na sua formação ao longo da vida (...).” (D4)

7.2.3. A relevância das TIC em relação às outras disciplinas

Na terceira subcategoria «Relevância das TIC em relação às outras disciplinas» obtiveram-se 19 registos/ocorrências, tendo-se constatado através das respostas dos entrevistados, que a disciplina de TIC tem uma utilidade prática com intervenção nas atividades quotidianas e como estratégia pedagógica a outras disciplinas (D1 e D2):

“Não é só para ocupar o tempo como é na maioria das outras disciplinas, tem uma utilidade prática para poderem intervir nas atividades do quotidiano.” (D1)

“(...) utilizadas como estratégias pedagógicas para melhorar o ensino das outras disciplinas (...).” (D2)

Estes entrevistados consideram as TIC uma disciplina atrativa, muito frequentada pelos participantes e ainda propiciam uma diminuição do isolamento (D3):

“(...) uma disciplina muito mais atrativa, vê-se pelo número de pessoas que querem participar nestas aulas de informática. Para as pessoas que vivem sozinhas é também uma companhia e ajuda no combate ao isolamento (...).” (D3)

Atualmente, de acordo com os entrevistados, é usual as pessoas idosas fazerem-se acompanhar dos seus computadores portáteis, o que mostra um interesse em adquirir

equipamentos digitais por parte desta população, sendo estas ferramentas digitais uma mais-valia na sua aprendizagem.

De uma forma sucinta, pode-se afirmar que de acordo com os Directores das Universidades Seniores entrevistados, a importância das TIC para a população idosa incide, essencialmente, no acesso a novas formas de comunicação e na aquisição de conhecimentos que promovem as relações intergeracionais. A aprendizagem das TIC permite que as pessoas idosas se tornem mais motivadas e ativas, elas próprias sentem orgulho em aprender TIC, constituindo um apoio muito benéfico para as pessoas que possuem pouca mobilidade. Esta aprendizagem proporciona às pessoas idosas desenvolvimento de conhecimentos ao longo da vida e também numa vertente lúdica. Quanto à relevância das TIC em relação às outras disciplinas, esta reveste-se de uma utilidade prática, sendo muito frequentada pelos participantes, servindo de estratégia pedagógica de apoio a outras disciplinas.

7.3. Os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Nesta categoria «Impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento» pretendeu-se conhecer a opinião dos Directores sobre os impactos desta aprendizagem no Bem-estar mental e no Bem-estar social da população idosa.

7.3.1. Impactos no Bem-estar mental

Na primeira subcategoria «Impactos no Bem-estar mental» obtiveram-se 14 registos/ocorrências, onde se pode constatar através da opinião dos entrevistados que

o Bem-estar mental é beneficiado com a aprendizagem das TIC pelo facto de se continuar a exercitar a memória e as aptidões intelectuais (D1 e D2):

“(...) continuar a exercitar a memória como era solicitada por uma vivência mais jovem. O Bem-estar mental sai beneficiado (...).” (D1)

“(...) muito positivo em especial para a memória pois as pessoas exercitam melhor as suas aptidões mentais (...).” (D2)

De um modo geral, para estes entrevistados os impactos no Bem-estar mental são positivos, uma vez que as pessoas idosas sentem-se rejuvenescidas com a aprendizagem das TIC, existindo uma relação estreita entre a parte intelectual e física do corpo, pois de acordo com as opiniões manifestadas, quanto mais as pessoas idosas estimularem a parte intelectual mais ativas se tornam na realização das suas atividades diárias (D4):

“(...) impactos no Bem-estar mental são positivos, as pessoas deixam de envelhecer, independentemente das rugas, penso que quanto mais ativos os seniores tiverem intelectualmente, mais vitalidade o corpo físico consegue ter, nota-se bastante energia, estão sempre motivados a participar em qualquer atividade nomeadamente em atividades que possam exigir esforço intelectual (...).” (D4)

Estes entrevistados deixam um alerta para as pessoas idosas estimularem diariamente as suas capacidades mentais de modo a prevenir o Alzheimer ou outras demências, sendo o estímulo mental através das TIC uma função imprescindível para minimizar a atrofia cerebral (D3 e D5):

“É imprescindível os seniores estimularem no dia a dia todas as faculdades mentais, pois surgem nesta etapa da vida muitas doenças como Alzheimer ou outras demências, a memorização, o raciocínio é estimulado(...).” (D3)

“(...) aprendizagem das TIC traz vantagens ao nível do Bem-estar mental, o cérebro não fica tão atrofiado (...).” (D5)

7.3.2. Impactos no Bem-estar social

Na segunda subcategoria «Impactos no Bem-estar social» obtiveram-se 25 registos/ocorrências, em que a tónica dominante dos impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar social, no entender dos entrevistados, assenta na participação e inclusão na sociedade digital (D1). Os entrevistados referem que é imprescindível o facto das pessoas idosas estarem atualizadas na política e nas notícias diárias, pois tudo isto faz parte do quotidiano e, deste modo, estas pessoas não devem ficar excluídas da atualidade, sendo as TIC um apoio para viverem melhor (D2):

“Os seniores têm mais facilidade em participar na sociedade, não se sentem tão excluídos das novas tecnologias (...)” (D1)

“(...) pessoas encaram as TIC como uma ajuda para viver melhor ao nível social, não se sentem excluídos, sentem-se participantes e ativos do seu tempo, têm que ter essa informação informática porque ela faz parte do quotidiano de agora (...)” (D2)

Existe também referência que a aprendizagem das TIC é um meio de socialização para as pessoas idosas, estas têm o objetivo de participar, de socializar e de aprender conteúdos novos, nomeadamente TIC. Segundo a opinião dos entrevistados, existem cada vez mais pessoas a quererem aprender TIC e esta aprendizagem proporciona jovialidade, alegria e animação. A população idosa tem consciência que o futuro está impregnado de tecnologia e esta população não quer ficar excluída deste presente/futuro digital (D3 e D4):

“(...) o convívio e a socialização que se dá através destas aprendizagens é uma mais-valia, as TIC promovem o Bem-estar psicossocial (...)” (D3)

“(...) temos cada vez mais pessoas a procurar aprender TIC, as pessoas levantam-se todos os dias de manhã com um objetivo de participar, de aprender algo de novo, nomeadamente TIC, estarem ativas, sentem-se com jovialidade, alegria e animação, com uma enorme vontade de viver. Umas pessoas incentivam outras a vir aprender TIC. Os seniores acreditam que o futuro engloba as tecnologias, onde querem estar integrados.” (D4)

Um entrevistado refere ainda que é notório que a aprendizagem das TIC torna as pessoas mais sociáveis, melhora a sua autoestima, transmite um sentimento de modernidade e autonomia (D5):

“(...) nota-se naquelas pessoas domésticas que praticamente não saíam de casa e desde que começaram a aprender TIC estão muito mais sociáveis com melhor autoestima, raramente faltam às aulas de TIC, sentem-se mais modernas e autónomas (...).” (D5)

Quanto aos impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental», de acordo com estes entrevistados, estes estão relacionados com o exercício da memória e das aptidões intelectuais que esta aprendizagem proporciona às pessoas idosas, além desta situação existe um sentimento de rejuvenescimento por parte destas pessoas ao aprenderem TIC. Estas pessoas sentem-se mais ativas fisicamente ao estimularem as capacidades cognitivas, sendo este estímulo cognitivo muito útil na prevenção do Alzheimer e de outras demências. Relativamente aos impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social», no entender destes entrevistados, esta aprendizagem permite uma participação e inclusão na sociedade digital de modo a obter melhor qualidade de vida. Além disso, esta aprendizagem favorece a socialização das pessoas idosas, melhora a sua autoestima, transmitindo um sentimento de modernidade e autonomia.

7.4. As Políticas Sociais

Nesta categoria os Diretores das Universidades Seniores foram questionados sobre as diversas políticas sociais necessárias para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa, para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida e para a importância da aprendizagem das TIC nesta população.

7.4.1. Políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa

Na primeira subcategoria «Políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa» os entrevistados emitiram 27 registos/ocorrências. Nesta subcategoria, de acordo com os Diretores das Universidades Seniores, destaca-se a necessidade de maior investimento das autarquias na área da inclusão digital. Todavia, um Diretor referiu a necessidade de substituição de alguns dispositivos por se encontrarem obsoletos e a necessidade de alocar mais recursos humanos para uma inclusão digital mais eficaz das pessoas idosas (D3):

“(...) alguns equipamentos estão obsoletos e até poderia haver a substituição dos próprios computadores, seria fundamental a existência de recursos humanos para ajudar no acompanhamento das pessoas mais velhas a integrarem-se melhor nas TIC, algumas até sentem medo em tocar no aparelho, daí haver essa necessidade de alguém que lhes explique e que as oriente (...)” (D3)

Outro Diretor também mencionou que a procura de formação em TIC muitas vezes é feita pela própria população idosa que procura as Universidades Seniores para esse efeito. Esta formação em TIC destinada a este tipo de população é expandida a outras freguesias e é disponibilizado transporte às pessoas mais isoladas.

7.4.2. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida

Na segunda subcategoria «Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida» foram obtidos 25 registos/ocorrências. Nesta subcategoria salienta-se a necessidade de haver uma sensibilização da sociedade civil para as potencialidades das Universidades Seniores de modo a que haja uma afirmação destas a nível nacional como resposta social à aprendizagem ao longo da vida (D2 e D3):

“É necessário alertar a sociedade civil para as potencialidades das universidades seniores, pois podem usufruir de um convívio salutar para todos, em especial nestas idades avançadas (...)” (D2)

“(...) há universidades seniores por todo o país e foi das melhores respostas que se criaram a nível nacional (...)” (D3)

De acordo com a opinião dos entrevistados, existe igualmente a necessidade de mudanças de mentalidades e a desmistificação da ideia de que a velhice é sinónimo de inércia e falta de aprendizagem. A promoção da aprendizagem ao longo da vida nas zonas rurais é primordial, pois nestas zonas, ainda prevalece pouca atenção para este problema (D4):

“A sociedade civil nas zonas mais urbanas está extremamente sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida, nas zonas mais longes destes centros urbanos penso que não estão sensibilizadas para este problema, mesmo nos Centros de Dia e nas aldeias ainda se vê a população idosa como alguém que está ali à espera da morte, sem aprendizagens. Mas estamos a trabalhar contra esse tipo de mentalidade «está velhinha, está à espera da morte». Acreditamos que a aprendizagem ao longo da vida melhora a qualidade de vida e a própria saúde ao nível cognitivo (...)” (D4)

A criação de parcerias com Juntas de Freguesia bem como a existência de cursos em diversas áreas nos Núcleos Empresariais também foi apontada por um entrevistado como constituindo uma solução para aquelas pessoas que estão interessadas na aprendizagem ao longo da vida (D5):

“(...) procuramos dar resposta a todos aqueles que querem aprender ao longo da vida e temos parcerias com Juntas de Freguesia. A sociedade civil está sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida pois nós temos um Núcleo Empresarial com muitos cursos de diversas áreas, as pessoas frequentam formações com bastante assiduidade.” (D5)

7.4.3. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa

Na terceira subcategoria «Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa», foram recolhidos 21 registos/ocorrências. Nesta subcategoria, salienta-se a ideia da necessidade de uma sociedade inclusiva com a presença de uma aprendizagem intergeracional (D1):

“Embora se deva procurar que a nossa cidade e sociedade seja inclusiva, aprendizagem dos mais velhos faz-se à custa dos mais novos, a existência de intergeracionalidade é fundamental para termos um desenvolvimento agradável da sociedade (...)”
(D1)

Devido à elevada taxa de analfabetismo na população idosa, os entrevistados apelam para a redução da iliteracia digital, em particular nas zonas rurais, através da implementação de programas digitais e na divulgação do ensino das TIC praticado pelas Universidades Seniores (D1 e D2):

(...) no mundo rural, não é fácil conviver com as TIC, pois a maioria das pessoas são analfabetas, é importante haver dinâmicas locais para despertarem a população mais velha para as questões das TIC, mas por vezes é muito difícil (...)” (D1)
“Mas as universidades seniores têm feito um bom trabalho no ensino e atualização de conhecimento das TIC e também na divulgação das suas respetivas potencialidades (...)” (D2)

Os Diretores das Universidades Seniores têm a perceção que a sociedade civil está consciente da necessidade da população idosa aprender TIC. Contudo, nalguns (poucos) casos são as próprias pessoas idosas que parecem resistir a esta aprendizagem, por algum medo ainda instalado nesta população em utilizar o computador e Internet (D3 e D4). Apesar de haver algumas ligeiras resistências relativas à aprendizagem das TIC, as Universidades Seniores têm vindo a adotar políticas de disseminação desta oferta, alargando-a a várias freguesias (D5).

“(...) penso que a sociedade civil está sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC para a população sénior, por vezes o que acontece é que os próprios seniores não querem investir o seu tempo neste tipo de formação, acomodam-se e têm receio em não conseguir aprender as TIC, nomeadamente a utilizar o computador e a Internet (...)” (D3)
“(...) quando nós queremos dar formação em TIC nos Lares e Centros de Dia, as pessoas institucionalizadas, pura e

simplesmente não querem aprender TIC. Alguns seniores resistem, não é a sociedade em geral, eles próprios referem que é muito difícil, que já não têm cabeça para aprender TIC. Estas pessoas mais idosas têm medo em experimentar as TIC e em admitir que não conseguem aprender estas tecnologias.” (D4)
“(…) nós tivemos a necessidade de estender as nossas atividades educativas da universidade sénior a uma aldeia aqui perto.” (D5)

Quanto às políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa, estes entrevistados fazem referência à necessidade de maior investimento das autarquias na área da inclusão digital, sugerindo a necessidade de substituição de alguns dispositivos digitais por se encontrarem obsoletos e a necessidade de disponibilizar recursos humanos para prestar apoio à população idosa na inclusão digital.

Na opinião dos entrevistados em relação às políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida, evidencia-se a necessidade de alertar a sociedade civil para as potencialidades das Universidades Seniores no contexto de resposta social à formação ao longo da vida. Estas políticas direcionam-se também para a desmistificação de que a velhice é sinónimo de falta de aprendizagem, havendo propostas de criação de cursos em diversas áreas, localizando-os em zonas rurais como forma de redução do isolamento e solidão das pessoas idosas.

No que diz respeito às políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa, para estes entrevistados, salienta-se a necessidade de uma sociedade inclusiva onde predomine uma aprendizagem intergeracional. Além disso, a implementação de programas digitais e disseminação do ensino das TIC das Universidades Seniores às freguesias dos municípios permite minimizar ligeiras resistências relativas à aprendizagem das TIC que ainda prevalecem, sobretudo, nas zonas rurais.

7.5. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Professores de TIC das Universidades Seniores

Após o registo digital de cada uma das cinco entrevistas realizadas aos Professores de TIC das Universidades Seniores, procedeu-se à sua transcrição (**Apêndice J**). Depois de transcritas procedeu-se à análise de conteúdo (**Apêndice L**), onde foram apuradas as categorias e respetivas subcategorias, foram selecionadas as unidades de registo e o total das suas ocorrências. Seguidamente, vai proceder-se à apresentação das opiniões dos Professores de TIC das Universidades Seniores que foram entrevistados e a sua apreciação crítica que é baseada nas inferências e no cruzamento das respostas que emergiram após a análise de conteúdo já referida. A **Tabela 7.2** permite a visualização de todas as categorias e respetivas subcategorias, assim como o número de registos/ocorrências. Para cada uma destas vertentes apresentam-se alguns exemplos das opiniões extraídas das entrevistas, com a finalidade de legitimar e tornar mais evidente a análise de conteúdo efetuada.

Tabela 7.2: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Professores de TIC das Universidades Seniores

Categorias	Subcategorias	Nº Registos/Ocorrências
1. Caracterização do entrevistado	1.1. Motivos para a colaboração na Universidade Sénior	14
	1.2. Formação especializada em educação de adultos	5
		19
2. As pessoas idosas e a formação em TIC	2.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida	21
	2.2. Conteúdos programáticos das aulas de TIC	29
	2.3. Critérios dos conteúdos a lecionar	19
	2.4. Estratégias e metodologias de ensino	28
		97
3. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	3.1. Fatores sociais	17
	3.2. Fatores culturais	25
		42
4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC	4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	19
5. Impactos da aprendizagem das TIC no bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	5.1. Impactos no bem-estar mental	24
	5.2. Impactos no bem-estar social	22
		46
6. Sugestão de alterações na formação em TIC para as pessoas idosas	6.1. Alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC	26

7.5.1. A caracterização do entrevistado

Relativamente à caracterização do entrevistado, as questões pretenderam averiguar quais os motivos que levaram os professores de TIC a colaborar nas Universidades Seniores e qual o tipo de formação especializada em educação de adultos que possuíam.

Quanto aos motivos para a colaboração dos professores nas Universidades Seniores obtiveram-se 14 registos/ocorrências. Maioritariamente, os entrevistados responderam que foi um convite por parte da direção das Universidades Seniores e também pelo interesse em ensinar um público mais velho (P1, P3 e P4):

“Foi um convite que me foi feito e vem ao encontro daquilo que eu gosto de fazer que é ensinar, até gosto de dizer aos seniores que provavelmente eles têm muito mais a ensinar-me do que eu a eles (...)” (P1)

“(...) vim para este projeto por convite da responsável da universidade sénior, gosto muito do público sénior.” (P3)

“(...) o facto de serem pessoas mais velhas que veem para aqui para aprender, foi também um dos motivos (...)” (P4)

Dois entrevistados também fizeram referência ao voluntariado como um dos motivos para a colaboração nas Universidades Seniores (P2 e P5):

“(...) também gosto muito desta vertente do voluntariado (...)” (P2)

“(...) eu própria voluntariei-me e decidi participar neste projeto (...)” (P5)

No que diz respeito à formação especializada em educação de adultos, apenas dois professores responderam a esta questão (P1 e P4), emergindo a ideia de haver uma familiarização com a área da formação de adultos e não uma especialização formal nesta área.

“(...) é uma área que estou completamente familiarizado com a formação de adultos.” (P1)

“(...) dei formação a adultos num curso dinamizado por uma entidade empresarial, mas não tenho especialização (...)” (P4)

Os motivos principais que levaram os Professores de TIC a colaborar nas Universidades Seniores foi pelo convite feito por parte da direção destas instituições, pelo interesse em ensinar a população idosa e ainda pela vertente do voluntariado. Nenhum destes Professores entrevistados possui formação especializada em educação de adultos, apenas possuem uma familiarização e não uma especialização formal propriamente dita.

7.5.2. As pessoas idosas e a formação em TIC

Nesta categoria procurou-se compreender a opinião dos professores de TIC sobre a importância das TIC na formação ao longo da vida, sobre os conteúdos programáticos e critérios das aulas de TIC e ainda sobre as estratégias e metodologias de ensino praticadas.

7.5.2.1. A importância das TIC na formação ao longo da vida

Na subcategoria «Importância das TIC na formação ao longo da vida» obtiveram-se 21 registos/ocorrências, havendo uma opinião positiva de todos os entrevistados em relação à importância das TIC: nas rotinas diárias (P1); na comunicação e aquisição de conhecimento (P2) e também na relação do cidadão sénior com e-Governo (P4), em que prevaleceu a ideia de que é obrigatório as pessoas idosas estarem incluídas nas mudanças tecnológicas, sendo as TIC uma boa aposta na formação ao longo da vida.

“Sem dúvida que as TIC são essenciais na formação ao longo da vida, atualmente quem não souber usar um computador e Internet tem muitas dificuldades nas atividades diárias, a vida está impregnada de tecnologia (...).” (P1)

“(...) para comunicar com amigos e família que estão mais longe, as TIC são importantes porque permitem uma maior facilidade e eficiência na aquisição de conhecimento (...).” (P2)

“(...) eles hoje em dia vão precisar das TIC para tudo. As próprias medidas implementadas pelo Governo vão ao encontro de colocar todos os serviços online, os seniores têm que estar incluídos nestas mudanças (...).” (P4)

Um entrevistado referiu ainda que na atualidade a falta de conhecimentos em TIC significa menos oportunidades no quotidiano e significa um “novo tipo de analfabetismo” (P5):

“As TIC são fundamentais hoje em dia, se não tivermos algumas noções de literacia digital é como sejam analfabetos. Atualmente quem não souber TIC não tem tantas oportunidades, nós todos os dias contactamos com máquinas e essas máquinas têm conteúdos digitais que todos nós somos quase obrigados a saber funcionar com eles.” (P5)

7.5.2.2. Os conteúdos programáticos das aulas de TIC

Na subcategoria «Conteúdos programáticos das aulas de TIC» obtiveram-se 29 registos/ocorrências. Os conteúdos lecionados nas aulas de TIC dividem-se em três níveis que coexistem em praticamente todas as Universidade Seniores envolvidas na presente investigação: O Nível I (corresponde a noções básicas de informática, desmistificação do computador, Word e PowerPoint); o Nível II (inclui Excel, introdução à Internet e criação de conta de *email*, bem como a criação do perfil no Facebook); Nível III (engloba os conteúdos multimédia, criação de blogues e de páginas na Internet).

De acordo com os Professores de TIC, os formandos durante a formação são alertadas para as questões relacionadas com a segurança e privacidade dos dados. Os conteúdos programáticos incidem nas solicitações feitas pelos formandos e pela necessidade destes receberem conteúdos úteis para a sua vida (P2, P4 e P5):

“(...) tenho o cuidado de alertá-los em primeiro lugar para a privacidade e segurança que é necessário haver na utilização do Facebook e só depois ensino as funcionalidades desta plataforma (...)” (P2)

“Os conteúdos programáticos vão mais ao encontro dos interesses dos seniores.” (P4)

“(...) aproximar os conteúdos àquilo que eles necessitam (...)” (P5)

Nas aulas de TIC, os professores insistem em alertar as pessoas idosas para a relação do cidadão com o e-Governo de modo a que estes cidadãos mais idosos utilizem os serviços *online* de modo eficiente e não vejam a Internet apenas na vertente do entretenimento e da comunicação (P1):

“(...) na Internet tem-se atenção ao facto de alertar os seniores para estreitar a relação entre o cidadão, contribuinte, utente, cliente e a administração pública, alertá-los para eles começarem a interagir, não olharem para a Internet como algo completamente lúdico (...)” (P1)

7.5.2.3. Os critérios dos conteúdos a lecionar

Na subcategoria «Critérios dos conteúdos a lecionar» obtiveram-se 19 registos/ocorrências e no entender destes entrevistados destaca-se a ideia dos critérios irem ao encontro dos interesses e experiências de cada formando e vocacionar as aulas para os objetivos de cada um. As aulas são orientadas para alcançar os objetivos das pessoas idosas com conteúdos práticos para o seu quotidiano de modo a superar os principais obstáculos que são a utilização do rato, do teclado e do monitor (P1, P3 e P5).

“Nas primeiras aulas tento auscultar ao máximo os principais interesses, as reais motivações que eles têm, a partir daí dentro daqueles três níveis construo um bocado o programa (...)” (P1)

“(...) são aulas informais, ali não há a necessidade do pessoal ficar descontente, o que eles querem são conteúdos práticos para o seu quotidiano.” (P3)

“Existe pessoas que chegam às aulas sem saber rigorosamente nada, nunca mexeram num computador. Estas pessoas têm imensa dificuldade em manusear o rato, não conseguem controlar o rato, o teclado e o monitor também é um obstáculo para elas (...)” (P5)

7.5.2.4. As estratégias e metodologias de ensino

Na subcategoria «Estratégias e metodologias de ensino» obtiveram-se 28 registos/ocorrências, destacando-se o facto da abordagem dos conteúdos ser feita de forma gradual, dos mais simples para os mais complexos, existindo sempre uma explicação e ligação entre as vantagens dos conteúdos lecionados e a vida quotidiana (P1):

“Em relação às estratégias abordo gradualmente os conteúdos, dos mais simples para os mais complexos, tento fazer

paralelismos entre as vantagens que os conteúdos ensinados poderão ter na vida quotidiana deles. Utilizo muito a expressão «aquilo foi criado por homens é para homens» (...)» (P1)

De acordo com a opinião dos entrevistados, as salas de aula estão equipadas com um projetor ligado a um computador e algumas Universidades Seniores já têm salas de aula com quadros interativos. Neste contexto, existe um computador por cada formando e muitas vezes alguns formandos levam o seu computador portátil.

Tal como é referido pelos Professores de TIC, a explicação faz-se individualmente para acompanhamento do ritmo de aprendizagem com o complemento de fichas de aplicação de conhecimento, procurando-se transmitir sentimentos de confiança e incentivo. Pois, a maior parte dos formandos após as aulas de TIC não têm apoio para solidificar os conhecimentos obtidos nas aulas (P3 e P5):

“(...) depois tenho que ir individualmente um a um, temos que essencialmente incutir-lhes confiança e dizer-lhes que o computador não se estraga, eles têm medo de mexer e estragar a máquina, insistir com os seniores e dizer-lhes que eles são capazes de aprender as TIC (...)” (P3)

“(...) costumo dar fichas de aplicação de conhecimento. A maior parte deles não tem apoio em casa, não tem ninguém que os ensine, por vezes os seus familiares estão longe e os que estão perto estão ocupados com as suas vidas.” (P5)

De acordo com estes entrevistados, a importância das TIC na formação ao longo da vida é encarada de forma imprescindível nas rotinas diárias, na comunicação, na aquisição de conhecimento, na relação do cidadão sénior com o e-Governo. A ausência de conhecimentos em TIC poderá originar menos oportunidades no quotidiano e gerar um “novo tipo de analfabetismo”. Os conteúdos programáticos das aulas de TIC dividem-se em três níveis: nível inicial, nível intermédio e nível avançado. Os critérios dos conteúdos a lecionar relacionam-se com os interesses e experiências de cada formando, tendo estes conteúdos uma aplicação prática ao seu quotidiano, existindo uma especial atenção na superação das principais dificuldades apontadas no manuseamento do computador pelas pessoas idosas relacionadas com a utilização do rato, teclado e do monitor. Quanto às estratégias e metodologias de ensino destaca-se

que os conteúdos são abordados de forma gradual, dos mais simples para os mais complexos. As salas de aula estão equipadas com um projetor ligado a um computador e alguns formandos levam o seu computador portátil. A explicação de conteúdos faz-se individualmente acompanhando o ritmo de aprendizagem de cada um, recorrendo por vezes, como complemento de aprendizagem, a fichas de aplicação de conhecimento.

7.5.3. Os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC

Nesta categoria procura-se compreender a opinião dos Professores de TIC sobre os fatores sociais e culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte das pessoas idosas.

7.5.3.1. Fatores sociais

Na subcategoria «Fatores sociais» obtiveram-se 17 registos/ocorrências e segundo estes entrevistados, salienta-se a ideia da necessidade de comunicação por parte das pessoas idosas com os filhos e netos, para participarem na sociedade digital de modo a estarem infoincluídos e acompanharem a linguagem dos mais novos (P1 e P3):

“Um dos principais fatores sociais que levam os seniores a aprender as TIC é o facto de compreenderem a linguagem dos netos, comunicar com filhos ou netos que estão no estrangeiro, essencialmente eles não querem sentir-se infoexcluídos (...).”

(P1)

“(...) participação nesta sociedade da informação e do conhecimento (...).” (P3)

A outra vertente mencionada pelos entrevistados é a necessidade de convívio, socialização e para combater a solidão.

7.5.3.2. Fatores culturais

Na subcategoria «Fatores culturais» obtiveram-se 25 registos/ocorrências e destaca-se o facto das pessoas idosas quererem aprender TIC para a manutenção da sua atividade intelectual e também por curiosidade em desmistificar o desconhecido, para acompanhar os mais novos e (P2 e P3).

“(...) para estarem ativos intelectualmente (...)” (P2)

“(...) foi a curiosidade em desmistificar este mundo novo para eles. É essencialmente para matar a curiosidade de ver o pessoal mais novo a mexer no computador e eles também querem saber trabalhar com o computador (...)” (P3)

Para os Professores de TIC esta aprendizagem para este público permite um aumento da autoestima e autonomia e também na aquisição de conhecimento na área das TIC (P2, P3 e P4):

“(...) sentirem-se mais autónomos com o computador (...)” (P2)

“A aprendizagem das TIC é um motivo de orgulho e aumentam a sua autoestima.” (P3)

“(...) os seniores escolhem aprender TIC para adquirir alguma cultura nesta área (...)” (P4)

De acordo com a opinião manifestada por um Professor de TIC, os fatores culturais que influenciam a escolha pela aprendizagem das TIC relacionam-se com a própria história de vida das pessoas idosas (P5):

“(...) os fatores culturais vão ao encontro das vivências dos seniores, isto é, das experiências que os seniores tiveram nas suas vidas, se tivermos um sénior que durante a sua vida ativa trabalhou com TIC e possui algumas habilitações literárias, este sénior entende que é fundamental adquirir conhecimentos na área das TIC e quer aprofundá-los para utilizá-los no seu quotidiano. Aqueles seniores que durante a vida não contactaram com as TIC, eles consideram tudo isto importante, mas querem aprender as TIC apenas para saber comunicar, também como componente lúdica e porque as tecnologias também estão na moda.” (P5)

O público que frequenta uma formação em TIC nas Universidades Seniores desta investigação é um público muito heterogéneo que abrange pessoas com diversas habilitações literárias, situação já confirmada anteriormente pelos Diretores das Universidades Seniores. Todavia, as profissões mais dominantes são professoras do ensino básico (P1, P3 e P4):

“(...) aliás nós na mesma turma podemos ter uma pessoa licenciada em Engenharia, sem conhecimentos de informática e outra com a 4ª classe e com conhecimentos de informática.”
(P1)

“Quem frequenta as aulas de TIC é um grupo muito heterogéneo, temos lá pessoas com habilitações mais baixas outras com habilitações mais elevadas. As profissões que estão em maioria são professoras primárias reformadas, que são um grupo com bastante representatividade.” (P3)

“A minha turma é um grupo heterogéneo, eu tenho desde professores, a pessoas que não sabem praticamente ler nem escrever (...)” (P4)

Relativamente à aquisição de computadores, de acordo com estes entrevistados, os fatores financeiros não foram considerados um obstáculo, uma vez que como já vimos anteriormente, uma grande maioria das pessoas idosas já possui computador portátil e muitas pessoas, independentemente do seu rendimento, acabam por adquirir os computadores deixados pelos filhos, o que constitui uma mais-valia para a aprendizagem das TIC (P1 e P5):

“Quando os seniores começaram a aprender TIC a maioria deles adquiriu um computador portátil e são poucos aqueles que dizem que não têm possibilidades económicas de o fazer.”
(P1)

“Em relação a aquisição de equipamentos alguns seniores têm mais poder económico e adquirem mais facilmente um computador em comparação com outros seniores que têm mais dificuldades económicas que dificilmente adquirem um computador ou então ficam com os computadores deixados pelos filhos, para já não tenho notado que as dificuldades económicas sejam um obstáculo da aprendizagem das TIC (...)”
(P5)

Na opinião dos Professores de TIC os fatores sociais que influenciam a aprendizagem das TIC, são essencialmente a necessidade de comunicação com os familiares, a participação na sociedade digital, o convívio e o combate à solidão. Os fatores culturais

relacionam-se com o facto das pessoas idosas quererem aprender TIC para a manutenção da sua atividade intelectual, por curiosidade em desmistificar o desconhecido, para acompanhar os mais novos e também se relacionam com a própria história de vida das pessoas idosas, indo ao encontro das suas experiências e vivências.

7.5.4. As competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC

Nesta categoria pretendeu-se conhecer através dos Professores de TIC as competências digitais das pessoas idosas adquiridas na aprendizagem das TIC e a sua aplicabilidade no quotidiano.

7.5.4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano

Na Subcategoria «Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano» obtiveram-se 19 registos/ocorrências e destaca-se a ideia de que as pessoas idosas deste estudo aplicam as suas competências digitais, essencialmente, na comunicação (*email*, Skype, Facebook) para interagir virtualmente com os seus familiares e amigos (P1, P3, P4):

“Os seniores adquirem competências digitais para utilizarem o email, o Skype e agora estamos a fazer um esforço para eles interagir com o Facebook, para eles verem como se pode utilizar as TIC e reduzir custos ao mesmo tempo.” (P1)

“Em relação ao Skype é um tipo de comunicação que é feito por videochamada e é bastante utilizado pelos seniores no seu quotidiano.” (P3)

“(...) agora no dia a dia costumam pesquisar informações no Google, enviar emails, digitalizar fotos, usam o Skype e Facebook.” (P4)

Segundo estes entrevistados também é habitual as pessoas idosas pesquisarem informações na Internet de acordo com os seus interesses, dedicando-se também à escrita de textos (P1 e P2):

“Costumam pesquisar informação sobre saúde, música, essencialmente fado, monumentos históricos, história de Portugal, notícias sobre a freguesia onde vivem.” (P1)
“(...) escrevem textos, nomeadamente poemas e utilizam o Word (...)” (P2)

Dois Professores de TIC referiram que algumas pessoas idosas interagem com a administração pública através dos seus serviços *online*, nomeadamente no envio do IRS através do portal das Finanças e aqueles que ainda não utilizam estes serviços mostram interesse em utilizá-los, onde também está incluído o interesse pelos serviços bancários (P1 e P5):

“Interagem com alguns serviços como as Finanças, muitos deles já fazem o IRS através da Internet, pesquisam assuntos na Loja do Cidadão online, aderem à e-fatura.” (P1)
“Alguns seniores também querem saber como utilizar os serviços bancários e os serviços das finanças para saberem enviar certas certidões e documentos.” (P5)

Na opinião destes entrevistados a via do entretenimento e do lazer também é utilizada por algumas pessoas idosas, através dos jogos, da digitalização de fotos e da leitura dos jornais (P2, P3 e P5):

“(...) uma minoria utiliza as TIC para jogar, para lazer e entretenimento.” (P2)
“(...) eles aprenderam a transferir as fotografias da máquina fotográfica para o computador e agora estão constantemente a colocar fotos de eventos e situações do seu dia a dia.” (P3)
“(...) leem jornais online.” (P5)

Segundo a opinião dos Professores de TIC as competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano resumem-se à comunicação, à pesquisa e escrita de textos, à interação com a administração pública e com o entretenimento.

7.5.5. Os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Nesta categoria pretendeu-se compreender o ponto de vista dos Professores de TIC relativamente aos impactos desta aprendizagem no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento.

7.5.5.1. Impactos no Bem-estar mental

Na subcategoria «Impactos no Bem-estar mental» obtiveram-se 24 registos/ocorrências. Segundo os Professores de TIC, a aprendizagem das TIC poderá minimizar o aparecimento do Alzheimer. Além disso, constitui um estímulo e exercício das aptidões intelectuais, promovendo uma maior atividade cerebral, desenvolvimento da memória, raciocínio e pensamento (P1, P2 e P4):

“Nota-se que muitos deles estão mais «enferrujados» e eu estou sempre a alertá-los para estimular as capacidades intelectuais para evitar o «Alzheimer», de uma aula para a outra esquecem-se dos conteúdos aprendidos, custa-lhes muito reter a informação. Na maioria as pessoas com menos escolaridade têm maior dificuldade na aprendizagem, têm menos «ginástica mental».” (P1)

“Os impactos ao nível mental são muito positivos, obriga-os a trabalhar o cérebro e os seniores sentem-se mais ativos intelectualmente.” (P2)

“(…) ao nível da memória e as próprias aptidões intelectuais ficam mais desenvolvidas, a aprendizagem das TIC permite que as faculdades mentais fiquem mais despertas e exercitadas.” (P4)

No entender destes entrevistados a aprendizagem das TIC é fundamental para as pessoas idosas, uma vez que esta aprendizagem permite que fiquem mais atentas aos acontecimentos do mundo (P5):

“Eles estão ocupados mentalmente, e isso é muito bom, não estão completamente alienados do mundo, a aprendizagem das TIC é fundamental para eles ao nível intelectual, da memória, do raciocínio e do próprio pensamento, ficam muito mais despertos para tudo.” (P5)

7.5.5.2. Impactos no Bem-estar social

Na subcategoria «Impactos no Bem-estar social» obtiveram-se 22 registos/ocorrências. Para estes entrevistados salienta-se o facto da aprendizagem das TIC promover o exercício de cidadania às pessoas idosas, em particular, na interação com as autarquias. A comunicação através das ferramentas digitais permite maior dinamismo e a participação na vida real e virtual. Para estes entrevistados as relações intergeracionais também saem reforçadas (P1, P2, P3):

“As TIC promovem o exercício da cidadania, uma vez que eles interagem com a autarquia. As relações intergeracionais também saem claramente reforçadas com a aprendizagem das TIC (...)” (P1)

“Eles mostram fotografias da família, dos passeios, mandam mensagens uns aos outros, estão constantemente a interagir uns com os outros, existe também muita comunicação que é feita online entre os participantes desta academia sénior. Os seniores pedem ajuda aos filhos e netos para esclarecimento de certas dúvidas e essa relação é reforçada (...)” (P2)

“(...) participam em dois mundos, no mundo virtual e no mundo real. Tudo isto transmite a estes seniores um Bem-estar social, pois estão mais incluídos na era digital (...)” (P3)

Neste contexto, perante a opinião generalizada dos Professores de TIC, as pessoas idosas sentem-se muito realizadas e incluídas socialmente com a aprendizagem das TIC. Através da aquisição de conhecimentos por esta via, as pessoas não se sentem excluídas, pois conseguem compreender e acompanhar as conversas com mais facilidade, estão mais integradas na comunidade, existindo uma relação muito próxima entre a inclusão digital e social (P4 e P5):

“(...) os seniores sentem-se mais participativos na atual sociedade, têm a possibilidade de saber comunicar por via virtual com os filhos e com os netos, eles ficam muito realizados e incluídos socialmente com esta aprendizagem. Os seniores ao aprenderem TIC sentem-se mais cidadãos do mundo.” (P4)

“Os seniores conseguem falar de situações que viram na Internet, de coisas que leem e de comunicar com os colegas. Quem não tem esse conhecimento não consegue falar destes assuntos e fica excluído. Atualmente a própria inclusão digital implica a inclusão social.” (P5)

De acordo com a opinião de um Professor de TIC, as pessoas idosas não lamentam esta aprendizagem, consideram-na um bom investimento na sua formação (P1):

“(...) até agora ainda não vi nenhum aluno arrependido de ter aprendido TIC, antes pelo contrário, eles dizem «que pena não ter descoberto isto antes».” (P1)

Segundo os Professores de TIC, os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» ao longo do processo de envelhecimento incidem num estímulo e exercício das aptidões intelectuais, numa maior atividade cerebral, no desenvolvimento da memória, raciocínio e pensamento, tornando as pessoas idosas mais despertas para os acontecimentos do mundo. Para os Professores de TIC, os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento promovem um melhor exercício da cidadania, maior dinamismo através da comunicação que é realizada nas ferramentas digitais, permitindo uma participação na vida real e virtual, onde as relações intergeracionais saem reforçadas, existindo uma relação muito próxima entre a inclusão digital e social.

7.5.6. Sugestão de alterações na formação em TIC para as pessoas idosas

Nesta categoria pretendeu-se conhecer as sugestões emitidas pelos Professores de TIC sobre as possíveis alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

7.5.6.1. Alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC

Na subcategoria «Alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC» obtiveram-se 26 registos/ocorrências. Recolheram-se sugestões por parte dos Professores de TIC relacionadas com a necessidade de

sensibilização das pessoas em idade ativa para a aprendizagem ao longo da vida e a existência de parcerias entre entidades para a divulgação da aprendizagem das TIC a esta população idosa (P1):

“Acho que é necessário fazer essa sensibilização na idade ativa, em pessoas que estão a trabalhar e que acham que já não necessitam de aprender mais para melhorar o seu desempenho, deveria haver aqui uma ligação a outro tipo de entidades, e despertar a população sénior para a aprendizagem das TIC.” (P1)

No âmbito das metodologias de ensino das TIC surgiu a ideia, por parte dos Professores de TIC, de haver necessidade de uma rentabilização do tempo da aula para uma melhor compreensão de conteúdos, ficando a sugestão de haver mais horas de formação por semana e menos formandos por turma. Os Professores de TIC também sugeriram que esta formação ao público idoso deveria ser mais personalizada, individualizada e mais próxima das dificuldades desta população, com uma uniformização de conhecimento na mesma turma (P3, P4 e P5):

“(...) estão numa idade em que já não vão aplicar certos conteúdos na vida ativa, é apenas uma hora por semana, temos que saber rentabilizar essa hora com conteúdos que lhe sejam úteis.” (P3)

“Tinha que haver mais tempo, uma aula por semana não chega para ensinar este público. As turmas deviam ter menos alunos, a própria formação para este público sénior também deveria sofrer algumas alterações, devia ser um ensino mais personalizado e mais próximo dos seniores com maior acompanhamento da sua aprendizagem.” (P4)

“Deveria haver um critério de juntar na mesma turma os alunos com os mesmos conhecimentos, pois às vezes o nível de tolerância não funciona e costumam existir incluídos e excluídos.” (P5)

Um Professor de TIC evidenciou ainda a necessidade de apoio financeiro à aquisição de computadores e acesso à Internet pelas pessoas idosas (P4):

“(...) sugiro que deveria haver políticas públicas de incentivo financeiro à aquisição de computadores e Internet para os seniores.” (P4)

Por último, um Professor de TIC sugere a necessidade de maior rigor e seriedade na formação em TIC para a população idosa de modo a torná-la numa disciplina formal (P5):

“Nós nunca vamos avançar neste tipo de educação de adultos, nem nunca vamos ter certificação na literacia digital com ensino de voluntariado. Devia haver um professor remunerado que leciona-se a disciplina como uma coisa séria formal e não informal. Os seniores devem encarar aquela disciplina com algum rigor e como algo sério. A necessidade é de tal forma que exige que a disciplina seja formal.” (P5)

Relativamente às alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC às pessoas idosas, os Professores de TIC sugeriram a necessidade de sensibilização das pessoas em idade ativa para a aprendizagem ao longo da vida, da existência de parcerias entre entidades para a divulgação da aprendizagem das TIC à população idosa. No contexto das metodologias de ensino das TIC, os Professores de TIC sugeriram mais horas de formação por semana, menos formandos por turma, com uma uniformização de conhecimento na mesma turma e uma formação mais personalizada e próxima das dificuldades desta população. Foi também evidenciada a necessidade de políticas sociais de incentivo financeiro à aquisição de computadores e acesso à Internet pelas pessoas idosas e a existência de maior rigor e seriedade na formação em TIC para esta população, de modo a transformá-la numa disciplina formal incluída na educação de adultos.

7.6. Análise de conteúdo das entrevistas semiestruturadas: Perspetivas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

Após o registo digital de cada uma das dez entrevistas realizadas aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores, procedeu-se à sua transcrição (**Apêndice M**). Depois de transcritas procedeu-se à análise de conteúdo (**Apêndice N**), onde foram apuradas as categorias e respetivas subcategorias, foram selecionadas as unidades de registo e o total das suas ocorrências. Seguidamente, vai

proceder-se à apresentação das opiniões dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores que foram entrevistados e a sua apreciação crítica que é baseada nas inferências e no cruzamento das respostas que emergiram após a análise de conteúdo já referida. A **Tabela 7.3** permite a visualização de todas as categorias e respetivas subcategorias, assim como o número de registos/ocorrências. Para cada uma destas vertentes apresentam-se alguns exemplos das opiniões extraídas das entrevistas, com a finalidade de legitimar e tornar mais evidente a análise de conteúdo efetuada.

Tabela 7.3: Resumo das categorias, subcategorias e número de registos/ocorrências após a análise de conteúdo das entrevistas efetuadas aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

Categorias	Subcategorias	Nº Registos/Ocorrências
1. Caracterização do entrevistado	1.1. Período temporal da aprendizagem das TIC	13
	1.2. Conteúdos aprendidos	32
		45
2. Fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC	2.1. Fatores pessoais	17
	2.2. Fatores sociais	5
	2.3. Fatores culturais	11
		33
3. TIC e formação	3.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida	33
	3.2. Argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC	35
		68
4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC	4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	61
	4.2. Aquisição de mais competências digitais	6
		67
5. Impactos da aprendizagem das TIC no bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	5.1. Impactos no bem-estar mental	35
	5.2. Impactos no bem-estar social	62
		97

7.6.1. A caracterização do entrevistado

Relativamente ao período temporal da aprendizagem das TIC nas Universidades Seniores, a maioria dos entrevistados aprendeu TIC há dois anos nestas instituições e a maior parte destes formandos nunca tinham contactado com as TIC anteriormente. Os conteúdos aprendidos relacionaram-se essencialmente com noções básicas de informática, escrita e formatação de texto, utilização do PowerPoint e Excel. A utilização da Internet para pesquisa, criação e envio de *emails* e utilização do Facebook foram outros dos conteúdos abordados. Estes formandos também aprenderam a digitalizar textos e imagens, aprenderam ainda conteúdos relacionados com comunicação e multimédia e a utilizar folhas de cálculo. Neste contexto de aprendizagem também foram lecionados conteúdos mais avançados, nomeadamente criação de páginas na Internet, instalação de *software* no computador e eliminação de vírus.

7.6.2. Os fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC

Os fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores relacionam-se com fatores pessoais, sociais e culturais.

7.6.2.1. Fatores pessoais

Na subcategoria «Fatores pessoais» obtiveram-se 17 registos/ocorrências e os principais fatores pessoais que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC foram a atualização e a aquisição de conhecimentos e para se sentirem ativos do ponto de vista intelectual (S1, S4 e S10):

“A razão principal foi para atualização de conhecimentos (...).”(S1)

*“(...) eu recorri a estas aulas para adquirir mais conhecimento.”
(S4)*

“(...) atualizar e aprofundar conhecimentos, aprender mais alguma coisa acerca das TIC, para estar ativo intelectualmente.” (S10)

Também foi referido por um participante como fator pessoal para a aprendizagem das TIC a necessidade de ocupar o tempo e o entretenimento. Um outro participante mencionou que um dos fatores pessoais que o levaram a aprender TIC foi para ultrapassar o receio de utilizar o computador e outro participante referiu como fator desta aprendizagem o complemento da sua educação pessoal (S7 e S8):

“(...) motivo pessoal em ultrapassar este medo de mexer no computador.” (S7)

“(...) foi pela parte educativa, para complementar a minha educação pessoal (...)” (S8)

7.6.2.2. Fatores sociais

Na subcategoria «Fatores sociais» obtiveram-se 5 registos/ocorrências em que apenas quatro participantes responderam a esta questão, salientando-se que os dois fatores sociais principais que levam estes participantes a aprender TIC são, essencialmente, para conviver com outros colegas e para comunicarem com familiares que estão no estrangeiro (S1 e S3).

“(...) pelo convívio com os outros colegas.” (S1)

“(...) procurei aprender TIC para comunicar com os meus familiares que estão no estrangeiro.” (S3)

Os outros dois fatores sociais mais apontados por estes participantes foram para fazer novas amizades e também pela socialização.

7.6.2.3. Fatores culturais

Na presente subcategoria «Fatores culturais» foram apurados 11 registos/ocorrências. Através das opiniões emitidas por estes participantes, destaca-se que os principais

fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC corresponde à curiosidade em desmistificarem o «mundo novo» das tecnologias, para acompanhar os mais novos na utilização do computador e Internet e também para a aquisição de «cultura digital» (S6 e S10).

“Iniciei a aprendizagem das TIC por curiosidade. Eu via os meus filhos a mexer no computador e também queria aprender a utilizar o computador e Internet. Tinha vontade de desmistificar a “máquina” e descobrir estas novas tecnologias.”
(S6)

“Eu comecei aprender TIC para obter cultura digital, nós já não podemos passar sem computadores, existe uma obrigatoriedade cultural na aprendizagem das TIC (...)”. (S10)

Os fatores pessoais que influenciaram a aprendizagem das TIC por parte dos participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores relacionaram-se com a aquisição e atualização de conhecimentos, para se sentirem ativos do ponto de vista intelectual, para ocuparem o tempo, para o entretenimento, para ultrapassar o medo de utilizar o computador e também como complemento à sua educação pessoal. Neste contexto, os fatores sociais foram essencialmente para conviver e socializar com outros colegas e para comunicarem com familiares. Os fatores culturais corresponderam à curiosidade em desmistificar as TIC, para acompanhar os mais novos na utilização do computador e Internet e também para adquirirem uma “cultura digital”.

7.6.3. As TIC e a formação

Nesta categoria «TIC e formação» procurou-se compreender a opinião dos participantes que já frequentaram uma formação em TIC sobre a importância das TIC na formação ao longo da vida e conhecer alguns argumentos que estes participantes utilizariam para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC.

7.6.3.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida

Na subcategoria «Importância das TIC na formação ao longo da vida» obtiveram-se 33 registos/ocorrências. Para estes participantes é fundamental divulgar o potencial das TIC na formação ao longo da vida relativamente à infoinclusão das pessoas idosas na sociedade digital (S1):

“É essencial divulgar à comunidade o potencial das TIC na formação ao longo da vida em termos de infoinclusão e integração dos mais velhos na sociedade do conhecimento.”
(S1)

De acordo com a opinião de alguns entrevistados, através das TIC as pessoas obtêm mais conhecimento e experiência, ficam satisfeitas em aprender a utilizar o computador e Internet e têm plena noção que atualmente todas as pessoas necessitam de aprender TIC, sobretudo quem ainda está envolvido na vida ativa (S2 e S3):

“Aquilo que eu mais valorizei foi a obtenção de mais experiência e mais conhecimentos novos, as pessoas ficavam contentes em aprender, esforçam-se para isso, muitas delas mal sabem ler e querem aprender TIC e ficam contentes em falar com os filhos que estão longe. É a disciplina que tem mais alunos inscritos porque as pessoas têm a curiosidade em saber como é que é aquilo e depois ficam entusiasmadas e querem saber mais, mais e mais...” (S2)

“Atualmente as TIC são uma ferramenta de trabalho, cada vez mais são mais acessíveis a todos os níveis, uma vez que em todos os setores as TIC estão presentes, é bom para a sociedade, pois é importante que as pessoas consigam trabalhar com os computadores.” (S3)

Estes participantes também referiram a utilidade da pesquisa de informações através das TIC, considerando-a muito benéfica na sua formação ao longo da vida. Através destas entrevistas permaneceu a ideia de que as TIC assumem um papel positivo na formação ao longo da vida e que existe uma “obrigatoriedade” em aprender TIC em

qualquer idade, pois é uma forma de adquirir conhecimentos para acompanhar os mais novos e a estarem incluídos na sociedade digital (S4 e S5):

“(...) eu sofro de Fibromialgia e constantemente através do Google eu procuro informação acerca desta doença e outros assuntos sobre saúde e tem sido útil para mim. Tudo isto é benéfico para a minha formação ao longo da vida, as tecnologias abrem novos caminhos e esclarecem as nossas dúvidas de forma rápida.” (S4)

“Hoje é impossível viver sem aprender TIC, quem não tem esta aprendizagem ao longo da sua vida não vive a vida de hoje, vive em outro país, está fora da realidade. É obrigatório aprender TIC seja qual for a idade.” (S5)

Estes entrevistados consideram as TIC como algo importante na vida diária das pessoas, das empresas e das instituições. As opiniões convergem na ideia geral de um envolvimento transversal das TIC em todos os setores (S8 e S10):

“As TIC têm um papel muito positivo na formação ao longo da vida, este saber não ocupa lugar. Este conhecimento é muito útil e prático no dia a dia para todas as pessoas em especial para as da minha idade. Quando adquirimos este conhecimento todos nós ficamos mais aptos a enfrentar a atualidade, temos mais ferramentas para acompanhar os mais novos e a nova sociedade.” (S8)

“As TIC são muitíssimo importantes na vida diária das pessoas, das empresas e das instituições. Hoje em dia tudo gira à volta das TIC.” (S10)

7.6.3.2. Argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC

Na subcategoria «Argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC» obtiveram-se 35 registos/ocorrências. Estes participantes sublinham como principal argumento a existência de muitas turmas de TIC nas Universidades Seniores a nível nacional, o que poderá indiciar a importância desta disciplina no Bem-estar desta população idosa (S1):

“Eu certamente utilizava o argumento de haver muitas turmas de informática e muitos alunos inscritos nesta disciplina em todas as universidades seniores do país. Esta poderá ser uma grande prova da importância da utilidade que as TIC poderão ter na qualidade de vida dos seniores.” (S1)

Além disso, estes entrevistados referiram como outro argumento para convencer as pessoas idosas a aprender TIC, a aprendizagem intergeracional, o convívio e a partilha de conhecimentos (S2):

“(...) nós estamos sempre a aprender uns com os outros, os mais novos com os mais velhos e os mais velhos com os mais novos. O convívio entre as pessoas é muito saudável especialmente as pessoas idosas. Eu digo a todos para irem experimentar as aulas de TIC porque quem lá anda está interessado em aprender e querem saber cada vez mais. Muitas vezes ao fim da aula que durava uma hora e era pouco tempo, costumava ir para a Biblioteca, ensinava e acompanhava os meus colegas naquilo que eu já sabia.” (S2)

A comunicação, a ocupação do tempo, o entretenimento e o lazer que as TIC proporcionam também foi outro argumento apontado por estes entrevistados (S3, S4, S8):

“(...) dizia-lhes que este é um meio para terem mais conhecimentos, para comunicarem e que podem fazer muitas coisas através do computador, uma ótima ferramenta para ocupar o tempo.” (S3)

“Argumentava também que elas podiam ver filmes e colocar fotografias, meio onde as pessoas podem estar entretidas positivamente.” (S4)

“(...) também dizia que o ambiente das aulas é muito bom, quando estão no computador não pensam em mais nada, desde que tenham conhecimentos podem fazer aquilo que quiserem. Dizia-lhes que as TIC são melhor que o sofá.” (S8)

Outros argumentos expressos por estes entrevistados foram o acesso à informação com mais eficácia através das TIC, as vantagens da escrita, do *email* e da pesquisa na Internet (S6 e S9):

“Eu dizia-lhe que através de um simples clique podem ter acesso a imensa informação de modo muito mais eficaz e profundo. As TIC permitem-nos ir ao fulcro da questão, ao pormenor das coisas até ficarmos completamente satisfeitos. Muitas das minhas colegas resistem em aderir às TIC e eu já lhes tenho dito que elas não sabem o que perdem.” (S6)

“Basicamente o que eu argumentava era sobre as vantagens da escrita, do email e também sobre a pesquisa na Internet.”
(S9)

Um entrevistado emitiu ainda um argumento pertinente para convencer as pessoas idosas a aprender TIC, ao relacionar o desconhecimento da utilização das TIC à existência de analfabetismo funcional (S10):

“(...) dizia-lhe que atualmente quem não souber TIC é como seja quase um analfabeto, é através do computador que nós chegamos a todo o lado.” (S10)

Em relação à importância das TIC na formação ao longo da vida, os Participantes que já frequentaram uma formação em TIC afirmam que é necessário divulgar o potencial das TIC relativamente à infoinclusão das pessoas idosas. As TIC são consideradas por estes participantes uma ferramenta de trabalho útil e transversal a todos os setores da sociedade, assumindo um papel positivo na formação ao longo da vida. Os principais argumentos que os participantes utilizariam para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC, poderia ser tomado como exemplo o facto desta disciplina ser uma das opções preferenciais das pessoas idosas e também porque se verifica uma tendência nacional que reflete uma apetência por este tipo de disciplina. Um outro argumento tem a ver com a promoção de condições para a concretização de uma aprendizagem intergeracional através das TIC e ainda o convívio e a partilha de conhecimentos. Outros argumentos envolveriam a comunicação que as TIC proporcionam, a ocupação do tempo, o entretenimento, o lazer e o acesso à informação de modo mais eficaz. As vantagens do *email* e pesquisa na Internet seriam outros argumentos referenciados por estes participantes para persuadir as pessoas idosas a aprenderem TIC.

7.6.4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC

Neste âmbito das competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC pretendeu-se conhecer por parte dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC, a aplicabilidade das competências digitais no quotidiano, isto é, a aplicabilidade nas suas rotinas diárias, nas tarefas do dia a dia e a necessidade ou não que sentem de adquirir mais competências digitais.

7.6.4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano

Na subcategoria «Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano» obtiveram-se 61 registos/ocorrências. Através destas entrevistas conclui-se que estes participantes aplicam as suas competências digitais na comunicação, na utilização do *email* (amigos, família e colegas da universidade sénior) e Facebook (S3, S4 e S8):

“(...) envio emails para o meu filho que está na França (...)” (S3)

“(...) no meu quotidiano procuro relembrar e melhorar os conhecimentos que obtive nas aulas, no meu dia a dia costumo enviar emails (...)” (S4)

“No meu dia a dia também comunico com os outros colegas da universidade sénior através de email, utilizo o Facebook, já encontrei por lá alguns amigos e costumo partilhar fotos e vídeos.” (S8)

Estes participantes também referem que escrevem textos e pesquisam assuntos do seu interesse, tais como: notícias sobre saúde, viagens, meteorologia, culinária e horários de transportes públicos (S5, S8, S9, S10):

“Através da Internet pesquiso informação sobre saúde e sobre horários de transportes públicos.” (S5)

“Eu sou responsável pelo condomínio do meu prédio e sou eu que faço a escrita através do computador.” (S8)

“(...) vejo a meteorologia, pesquiso receitas de culinária; visito sites de destino de viagens (...)” (S9)

“(...) procedo à escrita de textos, faço atas de reuniões das associações que pertença (...)” (S10)

Os entrevistados S2, S9 e S10 referiram alguma interação com a administração pública, finanças (IRS, e-fatura), ADSE e serviços bancários.

“Costumo ver os emails, o extrato das faturas, faço alguns jogos online. Em relação aos sites da administração pública costumo consultar o site da ADSE, finanças, serviços bancários.” (S2)

“Este ano pela primeira vez submeti o IRS via Internet e já aderi à e-fatura (...)”; “Consulto a ADSE online.” (S9)

“(...) este ano submeti o IRS através da Internet.” (S10)

As atividades relacionadas com o entretenimento foram mencionadas pela maioria dos entrevistados e relacionam-se com a digitalização de fotografias, pesquisa de música no Youtube, jogos, leitura de jornais e partilha de vídeos. O programa PowerPoint é utilizado por um entrevistado para a elaboração de diapositivos para as aulas da Universidade Sénior (S1, S4 e S6):

“Gosto muito de ir ao Youtube para ouvir música, costumo ler jornais (...)” (S1)

“(...) digitalizo fotografias (...)” (S4)

“(...) utilizo o computador e Internet diariamente para ocupar o meu tempo, para o entretenimento, digitalizo fotos, criei uma página no Facebook sobre a universidade onde coloco fotografias dos nossos passeios. Utilizo o Youtube para ouvir música e preparo as apresentações das aulas de história de arte com os conhecimentos de PowerPoint e faço os respetivos diapositivos.” (S6)

7.6.4.2. Aquisição de mais competências digitais

Na subcategoria «Aquisição de mais competências digitais» obtiveram-se 6 registos/ocorrências onde foram emitidas opiniões de cinco participantes, que expressaram que gostariam de obter formação em multimédia, de aprender a fazer compras *online* e utilizar os serviços bancários (S1 e S3):

“Atualmente, gostava de obter mais formação em multimédia. De qualquer maneira, faço filmes através de fotografias, melhoramento de fotografia, ponho música, mas gostava de saber mais (...)” (S1)

“(...) gostava de aprender a fazer compras, pagamentos e a utilizar os serviços bancários (...)” (S3)

Foi também manifestada por estes participantes a vontade em aprender a utilizar o programa Excel e aprofundar conhecimentos de processamento de texto (S6 e S10):

“Gostaria de aprofundar o Excel, porque eu gosto muito de fazer contas e orçamentos e este programa é uma ótima ferramenta para os cálculos.” (S6)

“Gostava de aperfeiçoar os meus conhecimentos, nomeadamente o processamento de textos porque ainda não tenho muita prática.” (S10)

Os outros cinco participantes não emitiram qualquer opinião, talvez pelo motivo das atuais competências que possuem serem suficientes para a realização das suas rotinas diárias e não necessitarem de mais competências na área das TIC.

Segundo as opiniões dos participantes, a aplicabilidade das competências digitais no quotidiano é essencialmente para comunicação, escrita de textos, pesquisa de informação, interação com a administração pública, finanças, ADSE, serviços bancários e com atividades relacionadas com o entretenimento. Quanto à aquisição de mais competências digitais alguns participantes mostraram interesse em obter formação em multimédia, aprender a fazer compras *online*, a usar os serviços bancários, a usar o programa Excel e aprofundar conhecimentos do processamento de texto.

7.6.5. Os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Nesta categoria pretendeu-se conhecer a opinião dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC sobre os reais impactos desta aprendizagem no «Bem-estar mental» e «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento.

7.6.5.1. Impactos no Bem-estar mental

Na subcategoria «Impactos no Bem-estar mental» obtiveram-se 35 registos/ocorrências. Dois participantes referem a ideia de que a aprendizagem das TIC

é um estímulo para o cérebro, existe menor envelhecimento mental e maior flexibilidade nas operações mentais (S1 e S2):

“A aprendizagem das TIC estimula o cérebro e isso é muito útil. Com as TIC as pessoas envelhecem menos mentalmente.” (S1)
“As minhas atividades intelectuais tornaram-se mais fluídas, obtive mais flexibilidade nas minhas operações mentais.” (S2)

Outras opiniões destes participantes convergem no sentido da aprendizagem das TIC permitirem um maior desenvolvimento mental, da memória, do raciocínio e do pensamento, havendo, como consequência, uma melhoria do «Bem-estar mental», da aprendizagem e atividade cerebral (S4 e S5):

“Eu penso que foi positivo esta aprendizagem das TIC para melhorar o meu Bem-estar mental pois ajudou-me a melhorar a minha aprendizagem, isto foi muito vantajoso para as minhas capacidades cerebrais, o cérebro não fica tão atrofiado está mais ativo (...)”. (S4)
“(…) existe o desenvolvimento mental, as TIC contribuem muito para a memória, para o raciocínio, para manter ativo o pensamento.” (S5)

Um participante referiu que esta aprendizagem foi das melhores coisas que lhe aconteceu e considera já uma dependência porque recorre diariamente às TIC (S7):

“Para mim foi uma maravilha o facto de saber ir buscar as músicas, antes tinha o rádio ligado e agora é através do computador que ouço as músicas, foi a melhor coisa que me aconteceu, o meu cérebro ficou muito melhor, mais leve, a minha mente mais aberta, todos os dias abro o computador e vou à Internet, é quase um vício.” (S7)

Neste contexto, também foi mencionado pelos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC que esta aprendizagem promove a inteligência, a rapidez de pensamento e raciocínio. É benéfica no equilíbrio emocional, transmitindo rejuvenescimento e utilidade aos participantes, sendo considerado um estímulo à capacidade mental e ao desenvolvimento cognitivo (S8, S9 e S10):

“A pessoa não se sente adormecida e apagada, sem sair do mesmo sítio vê-se muita coisa e vai-se a todo o lado. O facto de aprender TIC foi a melhor coisa que fiz para a minha parte

intelectual, sinto mais rapidez de pensamento e raciocínio, fiquei mais inteligente com novos conhecimentos que nunca pensei em adquirir.” (S8)

“Para mim as TIC fazem-me muito bem ao equilíbrio emocional, consigo fazer aquilo que os outros também fazem, não temos noção da idade (...)”. (S9)

“Para mim as TIC tem sido muito úteis, tem sido um estímulo à minha capacidade mental, um desafio à minha aprendizagem. Ao nível cognitivo nós ficamos mais abertos e despertos para o mundo.” (S10)

7.6.5.2. Impactos no Bem-estar social

Na subcategoria «Impactos no Bem-estar social» obtiveram-se 62 registos/ocorrências e as opiniões que se destacam por parte de um participante é que a aprendizagem das TIC promove as relações intergeracionais, confere um sentimento de modernidade, diminui a solidão e aumenta a autoestima (S1):

“(...) a relação entre os mais novos fortalece. Os seniores também se sentem mais modernos, diminui muito a solidão. No meu caso que sou divorciada eu sinto-me mais acompanhada com as TIC, não me sinto tão sozinha, as pessoas estão mais novas. A aprendizagem das TIC sobretudo para aquelas pessoas com menos cultura acho que elas se sentem promovidas com este tipo de aprendizagem.” (S1)

Outro participante refere a vertente de que a aprendizagem das TIC modifica positivamente a vida das pessoas, torna o envelhecimento mais ativo, motiva, promove a inclusão social e digital e permite a participação no mundo real e virtual (S2):

“As TIC é a disciplina nas universidades seniores que cria mais impacto na vida das pessoas e no seu próprio envelhecimento, é aquela que modifica de forma positiva a vida das pessoas. Nota-se nessas pessoas mais abertura, o envelhecimento é mais ativo. Havia lá pessoas que reforçavam sempre a ideia «eu já tenho um email» e esta expressão demonstrava um sentimento que já podiam comunicar com alguém, já podiam escrever a alguém sem ser através de uma carta normal em papel, elas estão mais integradas socialmente, são mais acarinhadas para ir para o grupo. As TIC permitem que as

“pessoas convivam além do presencial, podem conviver de forma virtual, cada um estando em sua casa.” (S2)

Outro impacto da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social» referido por dois participantes é a existência de uma comunicação mais rápida, da promoção do exercício da cidadania e da socialização (S4 e S6):

“Existe uma comunicação mais rápida com os elementos da família, ajudou-me a promover o exercício de cidadania. Através das TIC eu divulgo as causas sociais e ambientais em que acredito, desde associações, IPSS, fundações e diversas organizações mundiais e nacionais. Pela minha experiência eu vejo que as outras pessoas estão mais sensibilizadas para comunicar com os outros. A própria socialização é uma característica que é reforçada.” (S4)

“(...) se não fossem as TIC como é que eu falava com os meus familiares de Lisboa, pelo telefone não tem o mesmo impacto. As consequências foram muito boas (...)” (S6)

Existe também um sentimento por parte dos participantes de domínio de uma nova linguagem e de atualização de conhecimentos, ficando o repto de um participante no sentido de afirmar que as TIC são imprescindíveis na atualidade (S5):

“(...) dominamos a nova linguagem que existe na atual sociedade e ficamos com melhor autoestima. Todas as pessoas deveriam aprender TIC para se integrarem melhor na sociedade. Quem não entrar nesta aprendizagem não vive nos dias de hoje, vive no passado. As TIC ajudam a não envelhecer, mantêm as pessoas ativas (...)” (S5)

Neste sentido, os participantes sentem-se com a autoestima mais elevada e sentem-se igualmente mais independentes nas atividades sociais, referindo ainda terem ultrapassado o receio de utilizar o computador (S7):

“A este nível eu aumentei a minha autoestima, sinto-me mais incluída socialmente, participo com mais segurança nas atividades sociais, já ultrapassei o medo que tinha dos computadores. Foi uma alegria para mim saber utilizar o computador e Internet, pois o convívio, a comunicação faz-se de outra maneira mais moderna. Tudo isto é muito bom para nossas idades avançadas (...)” (S7)

Através das entrevistas aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC constatou-se que estes se sentem incluídos socialmente no seu grupo de amigos e na sua comunidade, pois as TIC permitem-lhes aceder a conhecimento e maior integração na atualidade. Seguidamente, as opiniões emitidas por dois participantes ilustram o que foi mencionado (S9 e S10):

“Através do email há uma comunicação com o outro, podemos enviar ficheiros, e isso facilita muito a nossa interação e participação com a sociedade, estamos num grupo de amigos e já temos conhecimentos para argumentar certos assuntos de conversas, isso também nos valoriza e mostramos um bocadinho aquilo que já sabemos. Ao nível dos eventos sociais isto é formidável, pois às vezes nas festas de aniversário tiramos fotografias e posteriormente enviamos por email as fotos uma às outras.” (S9)

“(...) mesmo ao nível das notícias do concelho, nós temos um site da câmara municipal que tem lá muita informação que nós podemos consultar e isto até nos facilita a nossa inclusão social no município. As TIC permitem participação e aprendizagem.” (S10)

Por último, os participantes manifestaram um sentimento de alegria, jovialidade e orgulho na aprendizagem das TIC e enfatizaram que iriam continuar a utilizar o computador e a Internet e a alertar os mais novos, nomeadamente os netos, para os eventuais perigos da Internet (S8):

“(...) tornamo-nos mais modernos, quase todas as pessoas que frequentam as TIC têm computador portátil e levam-no para as aulas, isto é um orgulho para nós. Todas as pessoas de qualquer idade deveriam ter um conhecimento disto. Vou continuar a utilizar o computador e Internet e também conto com a ajuda dos meus netos. Nós os mais velhos temos o dever de alertar os nossos netos para os perigos que existem na Internet (...)”. (S8)

Relativamente aos impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» ao longo do processo de envelhecimento, os participantes referiram que esta aprendizagem constitui um estímulo para o cérebro, promove a inteligência e a flexibilidade das operações mentais, nomeadamente, a memória, o raciocínio e o pensamento. Estes participantes também referiram que esta aprendizagem é benéfica para o equilíbrio emocional, transmite rejuvenescimento, sendo considerado um estímulo ao

desenvolvimento cognitivo. Quanto aos impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social» ao longo do processo de envelhecimento, os participantes mencionaram que esta aprendizagem melhora as relações intergeracionais, confere um sentimento de modernidade, diminui a solidão e aumenta a autoestima. Estes participantes também referiram que a aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo, promove a inclusão social e digital, permitindo a participação no mundo real e virtual, uma comunicação mais rápida e a promoção do exercício da cidadania e da socialização.

7.7. Análise comparativa das entrevistas realizadas

Ao longo deste subcapítulo irá ser feita a análise das opiniões recolhidas através da realização das entrevistas, de forma a conhecer quais os pontos em comum relativos às informações prestadas pelos três entrevistados (Diretores das Universidades Seniores, Professores de TIC das Universidades Seniores e Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores).

De modo a compreender qual a opinião dos entrevistados acerca dos fatores socioculturais que influenciam a aprendizagem das TIC, estes entrevistados foram questionados de forma explícita sobre os fatores sociais e culturais que interferem nessa aprendizagem.

Os fatores sociais mais mencionados pelos entrevistados relacionam-se com a necessidade de comunicação com os familiares, com o convívio e socialização com outras pessoas e para reduzir a solidão e o isolamento.

Os fatores culturais mais referidos pelos entrevistados foram a curiosidade em desmistificar o mundo das TIC, para acompanhar os mais novos e pela manutenção da atividade intelectual.

Quando estes entrevistados foram questionados sobre a importância das TIC na formação ao longo da vida destacou-se a ideia de que as TIC são encaradas de forma positiva pela população idosa, nomeadamente para a obtenção de mais conhecimento e experiência, sendo as TIC consideradas uma ferramenta de trabalho de grande utilidade em todos os setores da sociedade e, em particular, muito benéfica nas rotinas diárias de cada um.

Relativamente à aplicabilidade das competências digitais no quotidiano, os Professores de TIC e os Participantes que já frequentaram uma formação em TIC foram questionados no sentido de se conhecerem as aplicações práticas da aprendizagem das TIC nas rotinas diárias das pessoas idosas e obteve-se como resposta cinco aplicações mais usuais que se relacionam com: a comunicação, com a pesquisa, escrita de textos, interação com a administração pública e com a vertente do entretenimento.

No que diz respeito aos impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento, os entrevistados foram questionados em duas dimensões, em relação aos impactos desta aprendizagem: Bem-estar mental e Bem-estar social.

Os impactos no Bem-estar mental que foram identificados, referem-se ao exercício da memória e das aptidões intelectuais, ao rejuvenescimento proporcionado, e ao facto das TIC tornarem as pessoas mais despertas para os acontecimentos do mundo, havendo por parte dos entrevistados um alerta para a necessidade das pessoas idosas estimularem as capacidades mentais, de modo a prevenir o Alzheimer e outras

demências, considerando a aprendizagem das TIC um estímulo ao desenvolvimento cognitivo.

Quanto aos impactos no Bem-estar social que foram referidos, relacionam-se com a participação na sociedade digital, com a participação na vida real e virtual e na relação entre a inclusão digital e social. Outro impacto no Bem-estar social que foi mencionado, é o facto da comunicação ser efetuada com maior dinamismo e de forma mais rápida. Para estes entrevistados a aprendizagem das TIC torna as pessoas idosas mais sociáveis, com melhor autoestima, mais autónomas, transmitindo esta aprendizagem um sentimento de modernidade.

CONCLUSÃO

Nesta secção apresentam-se as conclusões desta investigação, começando por recuperar a questão que orientou a mesma de modo a fazer-se um breve resumo da temática investigada e a dar resposta à questão de investigação. Tendo ainda em conta o quadro teórico em torno da problemática identificada foram levantadas algumas hipóteses de investigação que posteriormente irão ser analisadas de acordo com os resultados obtidos.

A questão da investigação era a seguinte:

«Quais os fatores socioculturais que influenciam a opção pela aprendizagem das TIC e quais os impactos desta aprendizagem no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento?»

Atualmente verifica-se um aumento significativo da população idosa, constituindo este um dos fenómenos mais relevantes do século XXI, daí o atual interesse concedido ao envelhecimento que abrange variados domínios na procura de respostas para esta nova realidade. O envelhecimento não é característico de uma faixa etária, ele assume diferentes graus de intensidade de indivíduo para indivíduo, dependendo do modo como cada um vive a sua vida.

Neste sentido, compete a cada um de nós e, particularmente, à sociedade civil, criar condições para destruir estereótipos para que a pessoa idosa se sinta parte integrante da sociedade. À medida que se envelhece, as idiossincrasias de cada um acentuam-se. Contudo, muitas pessoas idosas empenham-se em atividades sociais, tais como a participação nas Universidades Seniores. Estas instituições, para além de ajudarem na ocupação dos tempos livres programando atividades educativas e culturais,

apresentam muitas vantagens, nomeadamente a integração social, o reforço das amizades, a formação ao longo da vida e a diminuição da solidão.

Um objetivo a atingir pela pessoa idosa e de central importância nesta investigação é a obtenção de Bem-estar. O conceito de Bem-estar tem tido enorme expansão nas ciências sociais como um conceito multidimensional que incorpora condições pessoais e sociais, objetivas e subjetivas (Walker, 2012). Este constructo assumido nesta investigação, de acordo com a nossa visão, está relacionado com a componente cognitiva, satisfação com a vida e exige atingir metas de natureza mental e de natureza social. A dimensão do «Bem-estar mental» engloba uma melhor eficácia na aprendizagem, na memória e nas aptidões intelectuais e a dimensão do «Bem-estar social» reveste-se de uma melhor capacidade na participação, na comunicação e na inclusão social.

De um modo geral, o envelhecimento apresenta importantes desafios para a sociedade atual que é dominada pelas TIC. A humanidade acreditou que com o advento da era tecnológica a vida seria mais fácil. Como resultado da velocidade da informação, verificar-se-ia uma maior coesão social e um acesso ao saber mais generalizado. O que se nota, porém, é que tal não está a acontecer, pois só uma minoria usufrui dos benefícios das TIC. Na verdade, o que se verifica é uma maior exigência sobre a classe trabalhadora e sobre todos aqueles que não correspondem, devido a uma inadaptação, impreparação ou por outros fatores, sendo assim colocados à margem o que lhes provoca problemas de saúde, incluindo os psíquicos. Com o avanço tecnológico a que assistimos, as dificuldades de acesso às TIC causam um grande impacto em especial nas gerações mais velhas, obrigando a uma constante atualização de práticas e saberes para os quais a pessoa idosa não está preparada, sendo excluída da participação e construção do próprio processo social. Os trabalhadores que se encontram a um passo da reforma, bem como aqueles que já nela entraram são uma das franjas da sociedade que mais sentem os efeitos menos favoráveis das TIC, existindo pouco espaço para os que não estão familiarizados, para

os grupos que não consomem e para os territórios onde a comunicação global não está tão acessível.

Esta investigação foi realizada no Ano Letivo 2013/2014 nas Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco (Academia Sénior da Covilhã, Universidade Sénior Albicastrense – USALBI, Academia Sénior do Fundão, Academia Sénior da Sertã e Universidade Sénior de Proença-a-Nova), tendo como público-alvo participantes com idade igual ou superior a 50 anos. Nestas Universidades Seniores foram aplicados dois Questionários: **Questionário A**, aos participantes com aprendizagem em TIC e **Questionário B**, aos participantes sem aprendizagem em TIC. Outro grupo que entrevistou nesta investigação através da realização de entrevistas foram os Diretores e Professores de TIC das respetivas Universidades Seniores e Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nestas instituições.

Quanto às representações do envelhecimento os participantes desta investigação (participantes com aprendizagem em TIC e sem aprendizagem em TIC), encaram esta fase com naturalidade e estão satisfeitos com a sua vida. Estes resultados corroboram com outros estudos em que o envelhecimento é encarado como um fenómeno natural, que mostram que com a idade, os indivíduos tendem a tornar-se mais felizes, têm melhor saúde mental, são melhores a lidar com as relações interpessoais e apresentam menos emoções negativas (Fontaine, 2000; Lupien & Wan, 2004; Costa, 2010; George, 2010; Ferreira, 2013). Para Oliveira (2000), a satisfação com a vida engloba aspetos como as relações entre os objetivos desejados e os alcançados, a moral, o humor e o Bem-estar geral.

Nesta investigação, os fatores que explicaram a opção pela não aprendizagem das TIC foram o facto de ser muito difícil, a falta de interesse e a falta de computador. Estes fatores apontados poderão revelar algum desconhecimento que estes cidadãos têm das TIC, talvez pela falta de literacia digital, o computador e Internet são ignorados. Uma possível razão pode estar relacionada com o facto de não terem tido uma exposição às TIC durante o anterior percurso de vida e, por isso mesmo, não terem conhecimento ou noção sobre as suas reais potencialidades e vantagens. Todavia,

24,5% e 22,3% destes participantes referiram que gostariam de aprender a utilizar o computador e Internet respetivamente, o que revela algum interesse pessoal pela aprendizagem das TIC.

Os participantes que não aprendem TIC referem, na sua maioria, que não se sentem discriminados por não possuírem conhecimentos no âmbito das TIC, não se tendo verificado um estereótipo muito marcado no seio desta subamostra. Contudo, as justificações apresentadas pelos participantes que responderam positivamente ao facto de se sentirem tratados de forma diferente se não tiverem conhecimentos no âmbito das TIC, relacionaram-se com a ideia de que eles sempre viveram e fizeram a sua vida sem TIC e que as TIC só são úteis aos jovens. Neste sentido, pode-se afirmar que ainda existe uma certa incompatibilidade e falta de familiaridade entre as pessoas idosas com as TIC, pois a maioria ainda está muito ligada aos seus hábitos e resistem à novidade. Acresce ainda que a ausência de equipamento (ou do seu uso) poderá estar relacionada com o desconhecimento ou medo das tecnologias, existindo igualmente sinais de uma sociedade ainda muito centrada nos jovens.

Existem atitudes negativas face às tecnologias entre as pessoas idosas que após um curso de iniciação às TIC com uma aprendizagem apropriada parecem ser minimizadas. De um modo geral, pode afirmar-se que as pessoas idosas encaram a aquisição de conhecimentos em TIC de forma positiva, na medida em que acreditam que esses conhecimentos lhes vão conferir um melhor Bem-estar, a eles e à sociedade em que se inserem. Isto está relacionado com a crença de que é possível que as pessoas idosas adotem as habilidades necessárias para utilizar as TIC e ganhar mais confiança, sentindo-se menos apreensivas e menos inseguras faces às inovações tecnológicas. Com efeito, todos os entrevistados desta investigação consideraram importante o lugar das TIC na formação ao longo da vida, sendo as TIC, encaradas como uma ferramenta de trabalho de grande utilidade em todos os setores da sociedade e, em particular, muito útil nas rotinas diárias de cada um.

De um modo geral, os fatores que explicam a escolha pela aprendizagem das TIC pelos participantes desta investigação incluem o desejo de atualizar conhecimentos, estar ativo intelectualmente e usar mais e melhor o computador que têm em casa, o que vem demonstrar a motivação que estes cidadãos têm pela formação ao longo da vida, pela necessidade de exercitar a componente cognitiva e pelo alcance de uma maior autonomia em relação às TIC.

Em particular, de acordo com os entrevistados, relativamente aos fatores sociais que influenciaram a aprendizagem das TIC, por parte dos participantes que frequentaram as Universidades Seniores no Ano Letivo 2013/2014, identificou-se que estes fatores se relacionam com a necessidade de comunicação com familiares, uma vez que uma grande parte destes participantes possui família que se encontra longe do ponto de vista geográfico e as TIC permitem estabelecer contacto com membros da família de uma forma acessível e com custos reduzidos. O convívio e a socialização foram outros fatores apontados pelos participantes que já frequentaram uma formação em TIC e estão relacionados com a necessidade destes cidadãos promoverem a sua participação social, manterem as suas relações sociais e reforçarem as suas amizades. As redes de relações são importantes fontes de suporte social estando relacionadas com o Bem-estar em geral.

A redução do isolamento e o combate à solidão foram também fatores sociais que, de acordo com os entrevistados, influenciaram a aprendizagem das TIC. O isolamento e a solidão são problemáticas provocadas pela alteração dos valores seguidos pela família, pela sociedade, pelo aumento da mobilidade geográfica dos jovens e também pela urbanização. As TIC poderão constituir um meio para diminuir o isolamento e solidão das pessoas idosas, pois criam novos acessos e oportunidades de ensino, aprendizagem, aquisição e melhoramento de competências e criação de novas relações sociais.

Os fatores culturais que influenciaram a aprendizagem das TIC por parte dos participantes que frequentaram as Universidades Seniores do distrito de Castelo

Branco no Ano Letivo 2013/2014, relacionaram-se também com a curiosidade em desmistificar o «mundo novo» das TIC, pois é uma área que para a maior parte das pessoas idosas é desconhecida e estas sentem necessidade de ultrapassar esse desconhecimento pois são confrontadas diariamente com as tecnologias, e veem as gerações mais novas utilizá-las e querem acompanhá-las, sendo este também um fator de influência da aprendizagem das TIC. A manutenção da atividade intelectual foi igualmente um fator cultural apontado pelos entrevistados, uma vez que estes cidadãos desejam adquirir mais conhecimento e querem estimular as suas capacidades cognitivas.

Na opinião dos entrevistados desta investigação, os impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» incidem essencialmente no exercício da memória e das aptidões intelectuais, nomeadamente no raciocínio, no pensamento e no desenvolvimento cognitivo. Em segundo lugar, a aprendizagem das TIC proporciona rejuvenescimento, menor envelhecimento mental, tornando as pessoas mais despertas para os acontecimentos do mundo. Os entrevistados desta investigação também referiram a necessidade das pessoas estimularem diariamente as capacidades mentais de modo a prevenir o Alzheimer e outras demências.

Os resultados obtidos através da análise dos dados quantitativos convergem com os resultados obtidos através da análise dos dados qualitativos, uma vez que 62,4% dos participantes com aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário A**, referiram que a aprendizagem das TIC estimula a memória e 46,8% referiram que a aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais, estando estas escolhas incluídas no *cluster* «Mental» do respetivo questionário. Além disso, 39,4% dos participantes sem aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário B**, referiram que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria também o estímulo da memória, opção incluída também no *cluster* «Mental» do respetivo questionário. Estes resultados revelam que os cidadãos que participaram nesta investigação têm noção de que um dos principais impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar mental» é o estímulo da memória, pois umas das principais perdas ao longo do

processo de envelhecimento é a perda da memória e é imprescindível haver uma atividade contínua a nível cerebral para preservar uma memória eficaz a curto e longo prazo.

Quanto aos impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social», estes incidem, segundo os entrevistados, essencialmente na participação na sociedade digital e na relação entre a inclusão digital e social. Outro impacto mencionado por estes entrevistados foi ao nível da comunicação, que passa a ser realizada com maior interatividade e rapidez. Em particular, os Participantes que já frequentaram uma formação em TIC referiram que esta aprendizagem diminui a solidão, promove o exercício da cidadania, torna as pessoas mais sociáveis, com melhor autoestima e, mais autónomas, transmitindo esta aprendizagem um sentimento de modernidade.

Os resultados obtidos através da análise dos dados quantitativos vão ao encontro com os resultados obtidos através da análise dos dados qualitativos, pois 54,8% dos participantes com aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário A** referiram que a aprendizagem das TIC promove a comunicação e 45,2% destes participantes referiram que a aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão, escolhas que estão incluídas no *cluster* «Social» do respetivo questionário. Neste âmbito, também 50% dos participantes sem aprendizagem em TIC que responderam ao **Questionário B**, referiram que um potencial impacto da aprendizagem das TIC seria a promoção da comunicação, 44,7% referiram que outro potencial impacto seria uma ajuda para diminuir a solidão e 36,2% mencionaram a promoção da inclusão social como outro potencial impacto, estando estas escolhas incluídas no *cluster* «Social» do respetivo questionário. Estes resultados mostram que os cidadãos envolvidos nesta investigação consideram que os principais impactos da aprendizagem das TIC no «Bem-estar social» incidem fundamentalmente na promoção da comunicação e na diminuição da solidão. A promoção da inclusão social também foi outro impacto integrado no «Bem-estar social» que assumiu relevância, podendo dizer-se que a inclusão digital é parte da inclusão social e as instituições de educação devem investir numa educação inclusiva, digital, permanente e contínua, divulgando as TIC,

individualizando a aprendizagem e possibilitando que cada pessoa seja protagonista do seu próprio conhecimento e aprenda ao seu ritmo. A inclusão digital, por sua vez, permite que todos possam aceder às tecnologias de igual forma, de acordo com as características individuais de cada pessoa, podendo utilizá-las e usufruindo das suas vantagens a todos os níveis.

Outro resultado pertinente foi o facto dos participantes com e sem aprendizagem em TIC, com uma representação estatística de 46,8% e 31,9% respetivamente, referirem que a aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo, sendo esta opção incluída no *cluster* «Multidimensional» de ambos os questionários o que revela que o paradigma do envelhecimento ativo é cada vez mais adotado pelas pessoas idosas, que procuram permanecer ativas, comprometidas ou envolvidas socialmente.

Passa-se agora à verificação das hipóteses associadas a esta investigação.

A primeira hipótese de investigação, antecipava que, *«a aprendizagem das TIC é influenciada por variáveis sociodemográficas (Idade, Género, Estado Civil, Habilitações Literárias, Profissão, Rendimento)»*. Os resultados apresentados e sua análise suportam parcialmente esta hipótese, uma vez que os resultados baseados na aplicação do teste qui-quadrado revelaram que os participantes menos idosos, com habilitações literárias mais elevadas, com profissões mais qualificadas e com maior rendimento estão mais interessados em aprender TIC. Deste modo, a idade, as habilitações literárias, a profissão e o rendimento têm influência na aprendizagem das TIC. Quanto às variáveis género e estado civil os resultados obtidos através do teste qui-quadrado não foram muito consistentes, não evidenciando uma associação estatisticamente significativa entre estas variáveis para se poder afirmar que têm influência na aprendizagem das TIC. Por outras palavras, nesta investigação o género e o estado civil não interferiram na aprendizagem das TIC.

A segunda hipótese de investigação, preconizava que, «*a aprendizagem das TIC é considerada pela população 50+ como positiva*». Os resultados obtidos comprovam a validade desta hipótese, uma vez que todos os participantes que já frequentaram uma formação em TIC que foram entrevistados consideraram muita positiva esta aprendizagem e não a lamentam, antes pelo contrário, assumem-na como um bom investimento na sua formação. Os próprios argumentos emitidos por estes participantes para convencer as pessoas idosas a aprender TIC incidem no aspeto proveitoso desta aprendizagem. Os argumentos apontados referiram essencialmente a possibilidade de se promover uma aprendizagem intergeracional através das TIC, no convívio, na partilha de conhecimentos, no acesso à informação com mais eficácia e na existência de um analfabetismo funcional se houver um desconhecimento da utilização das TIC. Além disso, outros dados reveladores da aprendizagem das TIC ser considerada positiva relacionam-se com o facto da grande maioria dos participantes com aprendizagem em TIC acederem diariamente à Internet, o que demonstra igualmente que os participantes desta investigação já incluem as TIC nas suas rotinas diárias. Os próprios participantes sem aprendizagem em TIC consideram esta aprendizagem positiva, com uma representação estatística de 92,6%, vindo reforçar o sentido proveitoso da mesma.

A terceira hipótese de investigação, sustentava que, «*a necessidade de comunicação motiva a aprendizagem das TIC*». Esta hipótese é totalmente suportada pelos resultados obtidos nesta investigação, pois 66,1% dos participantes que responderam ao Questionário A referiram que um dos principais interesses que os levaram a aprender TIC foi usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e 15,6% destes participantes gostavam de aprender assuntos relacionados com a comunicação. Esta situação também é confirmada pelo facto de 65,1% dos participantes com aprendizagem em TIC utilizarem a Internet para enviar *emails* e para falarem com familiares e amigos (com uma representatividade de 46,8%). Do mesmo modo, também os participantes sem aprendizagem em TIC que responderam ao Questionário B referiram que uma potencial utilização da Internet seria para enviar *emails* e para falar com familiares e amigos, o que revela que a componente comunicacional está fortemente marcada nos cidadãos que participaram nesta

investigação. De acordo com vários estudos (Pereira, 2010; Barata, 2011, Ferreira, 2013; Palma, 2013) uma das razões principais que levam as pessoas idosas a frequentar uma formação em TIC prende-se com a necessidade de aprender a comunicar através dos dispositivos digitais. Para Kachar (2011), a tecnologia possibilita ao indivíduo estar mais integrado numa comunidade eletrónica ampla, coloca-o em contacto com parentes e amigos, num ambiente de troca de ideias e informações.

A quarta hipótese de investigação, preconizava que, *«o desejo de permanecer ativo do ponto de vista intelectual promove a aprendizagem das TIC»*. Os resultados obtidos confirmam a validade desta hipótese, uma vez que 52,2% dos participantes com aprendizagem em TIC referiram que um dos principais fatores que justificou a opção por esta aprendizagem foi estarem ativos intelectualmente. Esta situação foi confirmada igualmente pelos participantes que já frequentaram uma formação em TIC que referem que um dos principais fatores pessoais que os levaram a aprender TIC foi para sentirem-se ativos do ponto de vista intelectual.

A quinta hipótese de investigação, avançava que, *«a população com mais elevados níveis de escolaridade está mais empenhada na aprendizagem das TIC»*. Esta hipótese foi parcialmente sustentada pelos resultados obtidos nesta investigação, uma vez que de acordo com a caracterização da amostra, os participantes com aprendizagem em TIC possuem habilitações académicas mais elevadas comparativamente aos participantes sem aprendizagem em TIC. Neste sentido, um grupo representativo que frequenta formação em TIC é constituído por professoras do ensino básico que se encontram reformadas, que durante a sua vida contactaram com o ensino e agora na fase de aposentação, sentem a necessidade de atualizar conhecimentos. No entanto, de acordo com os entrevistados o público em geral que frequenta uma formação em TIC é um público heterogéneo com elevadas, baixas ou praticamente inexistentes habilitações escolares. Este público possui diversos interesses, uns estão mais vocacionados para aquisição de conhecimento, outros para o entretenimento. Nesta investigação foi referido que as pessoas com habilitações literárias mais baixas experimentam uma melhor autoestima ao aprender TIC.

Perante os resultados obtidos nesta investigação, no que diz respeito às competências digitais dos participantes que já aprenderam TIC e a sua aplicabilidade no quotidiano, pode-se afirmar que estas estão relacionadas com a comunicação, nomeadamente com a utilização do *email*, Facebook e Skype, com a escrita de textos e pesquisa de assuntos relacionados com notícias sobre saúde, viagens, meteorologia, culinária e horários de transportes públicos. Estes participantes também mencionaram a utilização da Internet na interação com a administração pública, finanças, ADSE e serviços bancários (*e-Governo*). A vertente do entretenimento também foi referida por estes participantes, nomeadamente a digitalização de fotos, visualização e audição de músicas no Youtube, partilha de vídeos, jogos e leitura de jornais *online*. Os participantes gostariam de obter mais formação em multimédia, aprofundar o uso de programas Excel e Word e aprender a fazer compras *online*, mas para esta situação se concretizar é necessário investir na formação em TIC adaptada a este público.

Nesta investigação as principais dificuldades que estes participantes encontraram na formação em TIC estiveram relacionadas com o facto do número de aulas por semana ser reduzido, com a falta de conhecimentos anteriores em TIC e com a falta de uma pessoa que os ajudasse fora da formação em TIC. Contudo, os Professores de TIC desta investigação sugerem a necessidade de sensibilização das pessoas em idade ativa para a formação ao longo da vida e a existência de parcerias entre entidades (Lares da 3ª Idade, Câmaras Municipais, Associações Culturais, Universidades Seniores) para a divulgação da aprendizagem das TIC a esta população idosa. No âmbito das metodologias de ensino das TIC sugerem mais horas de formação por semana e menos formandos por turma, de modo a haver maior apoio na formação em TIC para a população idosa.

No âmbito das políticas sociais, os Professores de TIC desta investigação propõem políticas de incentivo financeiro para a aquisição de computadores e acesso à Internet às pessoas idosas, pois, alguns cidadãos não possuem condições económicas para adquirir dispositivos digitais. No caso particular desta investigação, alguns

participantes que frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores possuíam os seus computadores portáteis e outros adquiriram os computadores dos filhos; no entanto alguns participantes que não frequentaram formação em TIC, não possuíam computador.

A direção das Universidades Seniores envolvidas na investigação emitiu algumas sugestões para políticas sociais que visem melhorar a aprendizagem das TIC pela população idosa, sugerindo a substituição de equipamentos obsoletos, a existência de mais recursos humanos para prestar apoio aos cidadãos no que diz respeito à utilização dos recursos ou através de plataformas digitais e ainda a expansão da formação em TIC a outras freguesias do município de cariz mais rural. Como políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida foi proposta a divulgação das potencialidades das Universidades Seniores a nível nacional, como resposta social à formação ao longo da vida. A promoção da aprendizagem ao longo da vida no espaço rural é fundamental, pois a “interioridade territorial” é ainda muito acentuada e existe a necessidade de criar parcerias entre as Juntas de Freguesia e os Núcleos Empresariais para a implementação de cursos em diversas áreas para aqueles que estão interessados em aprender ao longo da vida. Quanto às políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC pela população idosa, destaca-se nesta investigação a ideia da necessidade de uma sociedade inclusiva com a presença de uma aprendizagem intergeracional com solidariedade entre gerações. A implementação de programas digitais é fundamental devido aos elevados índices de analfabetismo na população idosa, salientando-se a necessidade da redução da iliteracia digital, em particular nas zonas rurais onde esta problemática é mais evidente, de modo a reduzir a resistência e medo das pessoas idosas em utilizar o computador e a Internet.

Ensinar as TIC às pessoas idosas com as necessárias adaptações na pedagogia e nos objetivos é capacitá-las para participarem mais ativamente nos momentos históricos que vivemos, terem acesso à informação, ao comércio eletrónico, ao e-Governo, bem como capacitá-las para um envolvimento político, para uma cidadania ativa e

participada por via eletrónica, tornando-as cidadãs e cidadãos digitais integrados na Estratégia Europa 2020, numa Europa mais inteligente e inclusiva, contribuindo desta forma para o seu «Bem-estar mental» e para o seu «Bem-estar social»!

Limitações da investigação

A principal limitação desta investigação está relacionada, fundamentalmente, com a disponibilidade temporal para a realização da mesma e pelo facto de não utilizar uma amostra aleatória, que, por isso, não pode ser considerada, uma amostra estatisticamente representativa da população.

Outra limitação desta investigação associa-se ao facto dos critérios de inclusão considerarem as pessoas com 50 e mais anos que frequentam as Universidades Seniores do distrito de Castelo Branco, limitando a integração de mais elementos. Neste sentido, a idade dos participantes e a localização da investigação constituiu uma limitação, uma vez que foi circunscrita a um distrito de Portugal continental e às Universidades Seniores existentes nesse distrito no ano letivo em que foi realizada a investigação, não sendo permitida a generalização dos resultados para a maioria das pessoas idosas de Portugal.

Contributo científico da investigação

Integrada na área científica das Ciências Sociais, na especialidade de Política Social, o contributo desta tese manifesta-se quer na vertente da formação ao longo da vida, quer na vertente da inclusão digital, no sentido de ajudar a melhorar o processo de envelhecimento dos cidadãos. Perspetiva-se que este contributo científico possa

também promover a aquisição de competências digitais da pessoa idosa e a sua participação na sociedade digital.

Os resultados obtidos com esta tese reforçam a importância do desenvolvimento de políticas sociais adequadas às pessoas idosas. Em simultâneo, remetem para outra realidade que carece de atenção: o desenvolvimento de programas com estratégias e metodologias que incentivem o ensino e aprendizagem das TIC entre os cidadãos idosos.

Embora sem possibilidade de generalização, a caracterização do grupo de participantes desta investigação permite novos conhecimentos e reflexões sobre a realidade sociodemográfica e institucional do acesso à aprendizagem das TIC pelos cidadãos que frequentam as Universidades Seniores.

Os procedimentos metodológicos aplicados apresentam-se como um contributo válido desta investigação. Além disso, esta tese robustece a perspetiva que a integração das TIC no quotidiano das pessoas idosas promove uma melhoria no seu «Bem-estar mental» e «Bem-estar social».

Esta investigação permite, também, retirar uma implicação prática que poderá ser aplicável nas Universidades Seniores portuguesas: a necessidade de implementação de atividades, que promovam a redução das perdas associadas ao processo de envelhecimento. O envolvimento com as TIC, permite às pessoas idosas sentirem-se mais motivadas, com maior capacidade em estabelecer relações interpessoais e, ao mesmo tempo, confere-lhes um sentimento de maior inclusão digital e, em consequência, uma maior e mais completa inclusão social.

Acredita-se que esta investigação será, certamente, fonte de consulta e de referência para outras investigações que, por exemplo, investiguem a tríade: Envelhecimento – TIC – Bem-estar (Mental e Social).

Perspetivas de futura investigação

Esta investigação abre perspectivas concretas para futuras investigações. Apresentam-se de seguida algumas pistas possíveis de pesquisa futura, nomeadamente:

- Dar continuidade ao estudo de abordagens metodológicas que integrem participantes idosos, onde se poderá incluir para além de formação modular, uma oferta que contemple *ateliers* e *workshops* (Ex: escrita criativa digital).
- Desenvolvimento de um estudo longitudinal sobre o impacto da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento, envolvendo um maior número de Universidades Seniores, alargando o estudo a outras regiões do país, ou até mesmo a Universidades Seniores Internacionais (Ex: na zona da raia, Portugal e Espanha), com a finalidade de se fazer uma avaliação mais global relativamente a esta problemática. Para muitos participantes esta investigação permitiu o primeiro contacto com as TIC e ainda não revelam autonomia na sua utilização, impossibilitando o usufruto, em pleno, das suas potencialidades.
- Realização de uma investigação mais aprofundada sobre a opinião das pessoas idosas em relação às sessões de formação em TIC nas Universidades Seniores, por forma a poder-se tecer considerações mais robustas sobre eventuais projetos e estratégias de ensino-aprendizagem das TIC ao público idoso, uma vez que se reconhece a dificuldade das pessoas idosas em realizar apreciações menos positivas.
- Exploração da variável género, estudando as diferenças entre homens e mulheres na participação em cursos de formação em TIC nas Universidades Seniores e na sua interação com as tecnologias. Deste modo, sugere-se um estudo comparativo, constituído por duas amostras, homens e mulheres de modo a fazer uma análise do interesse na formação em TIC, tendo em conta aspetos psicológicos, o contexto sociocultural e habilidades pertencentes ao género feminino e masculino.
- Investigação sobre a sociabilidade da população idosa na utilização das ferramentas digitais da *Web* social, nomeadamente o Facebook e o Skype de

modo a compreender o impacto destas plataformas digitais no seu «Bem-estar mental» e «Bem-estar social».

- Estudo sobre como integrar os novos dispositivos digitais móveis (*Smartphone*, *Tablet*) nos cursos de formação em TIC à população idosa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Referências Gerais

A

- Ala-Mutka, K., & Punie, Y. (2007). Ageing societies, learning and ICT. *eLearning Papers*. European Commission. 1542-1887.
- Ala-Mutka, K., Malanowski, N., Punie, Y., & Cabrera M. (2008). Active ageing and the potential of ICT for learning. *JRC Scientific and Technical Reports*. European Commission.
- Alencar, R. (2002). Ensinar a viver, ensinar a envelhecer: desafio para a educação de idosos. *Estudos interdisciplinares do envelhecimento*, 4, 61-83.
- Amaro, F. (2014). *Sociologia da família*. Lisboa: Pactor.
- Amaro, F., & Gil, H. (2010). Old people and new technologies: a gap to overcome. In International Conference on computer supported education. *Proceedings OLS – wireless information networks & business information system*, 6(3). Nepal: Kathmandu.
- Amaro, F., & Gil, H. (2011a). ICT for elderly people: «Yes, 'They' Can!». In *International Conference on e-Commerce, e-Administration, e-Society, e-Education, and e-Technology* (pp. 3790-3803). Japan: Tokyo.
- Amaro, F., & Gil, H. (2011b). The “Info-(ex/in)-clusion” of the elderly people: remarks for the present and for the future. In *ED-MEDIA 2011 – World Conference on Educational Multimedia, Hypermedia & Telecommunications* (pp. 1024-1030). Portugal: Lisbon.
- Andrews, M., & Withey, B. (1976). *Social indicators of well-being: American perception of life quality*. New York: Plenum.
- António, S. (2010). Avós e netos. Relações intergeracionais: a matriliniaridade dos afetos. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas – ISCSP.
- APDSI, Associação para a promoção e desenvolvimento da Sociedade da Informação. (2005). Glossário da Sociedade da Informação. Lisboa.
- Araújo, M., & Coutinho, C. (2009). *A iniciativa novas oportunidades e o combate à infoexclusão*. <http://www.repositorium.uminho.pt/comunicação>. Acedido a 2015-06-27.
- Aula, A. (2005). User study on older adults, use of the web and search engines. *Verlag*, 7, 45-61.

Ávila, P. (2008). Os contextos da literacia: percursos de vida, aprendizagem e competências-chave dos adultos pouco escolarizados. *Sociologia*, 307-337.

B

Baltes, P. (1997). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: on the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23(5), 611-624.

Baltes, M., & Carstensen, L. (1996). The process of successful aging. *Ageing and Society*, 16, 397-422.

Baltes, P., Staudinger, U., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.

Barata, L. (2011). *A informática ao serviço dos mais velhos: uma teoria emergente*. Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Castelo Branco: Escola Superior de Tecnologia, Castelo Branco.

Barberá, G. (2009). Evaluación en redes sociales. Painel de avaliação online. In *VI Conferência Internacional de TIC na educação – Challenges 2009* (pp. 1695-1699). Braga: Universidade do Minho.

Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Barnett, K., & Adkins, B. (2004). Engaging with the future: older learners see the potential of computers for their lifestyle interests. *Proceedings 21st Century Conference – Social Change*.

Bárrios, M. (2011). *Programas de intervenção municipal orientados para a promoção do envelhecimento ativo*. Dissertação de Mestrado, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa.

Bárrios, M., & Fernandes, A. (2014). A promoção do envelhecimento ativo ao nível local: análise de programas de intervenção autárquica. *Revista portuguesa de saúde pública*, 32(2), 188-196.

Barros-Oliveira, J. (2006). Educação das pessoas idosas. *Psicologia, Educação e Cultura*, 10(2), 267-309.

Barroso, M., & Coutinho, C. (2009). Utilização da ferramenta Google Docs no ensino das ciências naturais: um estudo com alunos do 8º ano de escolaridade. *Revista Iberoamericana de informática educativa*, 9, 10-21.

Barzilai-Nahon, K. (2006). Gaps and bits: conceptualizing measurements for digital divide/s. *The Information Society*, 22(5), 269-278.

- Bayen, U., & Murname, K. (1996). Aging and the use of perceptual and temporal information in source memory tasks. *Psychology and Aging*, 11, 293-303.
- Bean, C. (2002). *Meeting the challenge: training an aging population to use computers*. National Computer Center Manager.
- Bean, C. (2004). Techniques for enabling the older population in technology. *Journal of eLiteracy*, 1, 109-121.
- Berners-Lee, T., Cailliau, R., Luotonen, A., Nielsen, H., & Secret, A. (1994). The World Wide Web. *Communications of the ACM*, 37(88), 76-82.
- Bindé, J. (Coord.). (2007). *Rumo às sociedades do conhecimento*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Birren, J., & Cunningham, W. (1985). Research on the psychology of aging: principles, concepts and theory. In J. Birren, & W. Schaie (Ed.). *Handbook of psychology of aging* (pp. 25-35). New York: Van Nostrand Reinhold.
- Blazer, D. (2005). Depression and social support in later life: a clear but not obvious relationship. *Aging and Mental Health*, 9(6), 23-32.
- Blit-Cohen, E., & Litwin, H. (2005). Computer utilization in later-life: Characteristics and relationship to personal well-being. *Gerontechnologyjournal.net*, 3(3), 138-148.
- Bonfadelli, H. (2002). The Internet and knowledge gaps: a theoretical and empirical investigation. *European Journal of Communication*, 17(1), 65-84.
- Borges, I. (2006). Can ICT help the European Union meet the needs of its ageing population? *International Conference: Live Forever! AGE European Platform*. Lisbon.
- Borges, I. (2008). Older people and information and communication technologies – An ethical approach. AGE – The European Older People's Platform.
- Both, A. (1998). *Identidade existencial na terceira idade: mediações do Estado e da Universidade*. Tese de Doutorado, Faculdade de Educação, Porto Alegre.
- Bottentuit, J., & Coutinho, C. (2008). As ferramentas da web 2.0 no apoio à tutoria na formação em e-learning. In *XVI Colóquio da Association Francophone Internationale de Recherche Scientifique en Education (AFIRSE)* (pp. 1-14). Lisboa: Universidade Aberta.
- Boud, D., Keogh, R., & Walker, D. (1996). *Boundaries of adult learning*. London: Routledge.
- Boulton-Lewis, G., Buys, L., & Lovie-Kitchin, J. (2006). Learning and active aging. *Educational Gerontology*, 32, 271-282.
- Bowling, A. (2005). *Ageing well: quality of life in old age*. Maidenhead, England: Open University.

- Bowling, A. (2007). Aspiration for older age in the 21st century: what is successful ageing? *International Journal of Ageing and Human Development*, 64(3), 263-297.
- Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social network sites: definition, history and scholarship. *Computer Mediated Communication*, 13(11), 39-45.
- Brandburn, M. (1969). *The Structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Bruto da Costa, A. (1998). *Exclusões sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Bruto da Costa, A. (Coord.) (2008). *Um olhar sobre a pobreza. Vulnerabilidade e exclusão social no Portugal Contemporâneo*. Lisboa: Gradiva.
- Bryman, A., & Cramer, D. (1993). *Análise de dados em ciências sociais: introdução às técnicas utilizando o SPSS*. Oeiras: Celta Editora.
- Burch, S. (2006). *Sociedade da informação/sociedade do conhecimento*. <http://www.vecam.org/article495.html>. Acedido a 2015-06-11.
- Butler, N. (1969). Ageism: outra forma de fanatismo. *O Gerontologist*, 9(4), 243-246.

C

- Cabral, M. (2008). Efeito metropolitano e cultura política: novas modalidades de exercício da cidadania na metrópole de Lisboa. In M. Cabral, & F. Silva (Org.). *Cidade e Cidadania* (pp. 213-241). Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Cabral, M., Silva, P., Almeida, M., & Cabaço, S. (2011). *Seniores de Lisboa: capital social e qualidade de vida*. Relatório final. Instituto do Envelhecimento da Universidade de Lisboa.
- Cabral, M., Ferreira, P., Silva, P., Jerónimo, P., & Marques, T. (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal. Usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Cachioni, M., & Neri, A. (2004). Educação e gerontologia: desafios e oportunidades. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 3(2), 99-115.
- Canário, R. (1999). *Educação de adultos: um campo e uma problemática*. Lisboa: Editora Educa.
- Cardim, E. (2009). Implementação de políticas públicas – do discurso às práticas. *Revista de Ciências Sociais e Políticas*, 3, 133-149.
- Carmo, H. (2008). *Intervenção social com grupos*. Lisboa: Universidade Aberta.

- Carmo, H. (2011). *Teoria da política social (Um olhar da ciência política)*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas – ISCSP.
- Carmo, H. (2014). *A educação para a cidadania no século XXI: trilhos de intervenção*. Lisboa: Escolar Editora.
- Carmo, H., & Ferreira, M. (2008). *Metodologia da investigação – guia para auto-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Carmo, M., & Santos, S. (2011). Capital social e práticas associativas. In R. Carmo (Org.). *Entre as cidades e a serra. Mobilidade, capital social e associativismo no interior algarvio* (pp. 87-114). Lisboa: Editora Mundos Sociais.
- Carneiro, R. (Coord.). (2010). Resultados 2010 da avaliação externa da iniciativa novas oportunidades realizada pelo centro de estudos (CEPCEP) da Universidade Católica Portuguesa. <http://www.novasoportunidades.gov.pt>. Acedido a 2015-06-27.
- Carreira, H. (1996). *As políticas sociais em Portugal*. Lisboa: Gradiva.
- Carreras, J. (2005). *La intervención socioeducativa com personas mayores: emergencia y desarrollo de la gerontagogía*. Murcia: Universidad de Murcia.
- Carvalho, A. (2004). A World Wide Web e o ensino da história. In I. Barca (Ed.). In *IV Jornadas Internacionais de Educação Histórica* (pp. 223-251). Braga: Universidade do Minho.
- Carvalho, A. (2005). Indicadores de qualidade de sites educativos. Cadernos SACAUSEF – sistema de avaliação, certificação e apoio à utilização de *software* para a educação e a formação. Ministério da Educação, 2, 55-78.
- Carvalho, A. (2008). *Manual de ferramentas da Web 2.0 para professores*. Ministério da Educação: DGIDC.
- Castells, M. (2005). *A sociedade em rede*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Cervo, L., & Bervian, A. (1983). *Metodologia científica - para uso dos estudantes universitários*. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil.
- CGI. br. (2012). *Pesquisa sobre o uso das tecnologias da informação e da comunicação no Brasil*. <http://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/tic.pdf>. Acedido a 2015-07-06.
- Charness, N. (1995). Training older adults in word processing: Effects on age, training technique, and computer anxiety. *International Journal of Technology & Aging*, 5, 79-106.
- Coelho, J. (2000). *A sociedade da informação e do conhecimento. Um desafio epistemológico nos sistemas de informação*. <http://www.libraries.fe.unl.pt>. Acedido a 2015-06-26.

- Coelho, J., Monteiro, A., Tomé, F., Mamede, H., Almeida, J., Pinto, L., & Vidigal, L. (2012). *Repensar a Sociedade da Informação e do Conhecimento no início do Século XXI*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Comissão das Comunidades Europeias (2000). *Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida*. Bruxelas: Serviço das Publicações Oficiais das Comunidades Europeias.
- Comissão das Comunidades Europeias (2007a). *Envelhecer bem na sociedade da informação – Uma iniciativa i2010*. Bruxelas: Comissão das Comunidades Europeias.
- Comissão das Comunidades Europeias (2007b). *Proteção de dados através de tecnologias de proteção da privacidade*. Bruxelas: Comissão das Comunidades Europeias.
- CE, Comissão Europeia. (2002). *La réponse de l'europe au vieillissement de la population mondiale. Promouvoir le progrès économique et social dans un monde vieillissant*. Brussels: Commission des Communautés Européennes.
- CE. (2003). Para uma europa do conhecimento, a União Europeia e a sociedade de informação. Bruxelas: Serviço das Publicações Oficiais das Comunidades Europeias.
- CE. (2005). Educação de adultos – rumo à Europa. Tendências temáticas dos projetos e redes de cooperação europeia Sócrates – Grundtvig. Bruxelas: Serviço das Publicações Oficiais das Comunidades Europeias.
- CE. (2010). *Europa 2020. Uma estratégia para um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo*. Bruxelas: Comissão Europeia.
- Conselho Nacional de Educação (2015). *Estado da educação 2014*. Lisboa: Conselho Nacional de Educação.
- Correia, J. (2003). *Introdução à Gerontologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Costa, J. (2010). *Os idosos e as novas tecnologias: perspetivas para uma maior qualidade de vida*. Tese de Doutoramento, Universidade de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela.
- Coutinho, C. (2011). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: teoria e prática*. Coimbra: Edições Almedina.
- Coutinho, C., & Bottentuit, J. (2007). Collaborative learning using wiki: a pilot study with master students. In *Educational Technology in Portugal*. In C. Montgomerie, & J. Seale (Ed.). *Proceedings of world conference on educational multimedia, hypermedia e Telecommunications (ED-MEDIA 2007)* (pp. 1786-1791). Canada: Vancouver.
- Coutinho, C., & Lisboa, E. (2011). Sociedade da informação, do conhecimento e da aprendizagem: desafios para a educação no século XXI. *Revista de Educação*, 18, 5-22.

- Crook, T. (2006). Age-associated memory impairment: proposed diagnostic criteria and measures of clinical change-report of a national institute of mental health. Work group: Neuropsychol.
- Crossan, B., Martin, I., & Whittaker, S. (2001). Learning, identity and citizenship: researching older people's use of ICT in Scotland. Paper presented at ESREA, *Wider benefits of learning: understanding and monitoring the consequences of adult learning* (pp.106-111). ESREA: Xátiva.
- Cuddy, A., Norton, M., & Fiske, S. (2005). Este estereótipo antigo: a difusão e persistência do estereótipo de idosos. *Jornal Social*, 61(2), 267-285.
- Cutler, J. (2006). Technological change and aging. In R. Binstock, & K. George (Ed.). *Handbook of aging and the social sciences* (pp. 257-276). Amsterdam: Elsevier Academic Press.
- Cybis, W., Betiol, H., & Faust, R. (2007). *Ergonomia e usabilidade: conhecimentos, métodos e aplicações*. São Paulo: Novatec.
- Czaja, S., & Lee, C. (2007). O impacto do envelhecimento sobre o acesso à tecnologia. *Acesso Universal na Sociedade da Informação (UAIS)*, 5(4), 13-14.
- Czaja, S., & Sharit, J. (2013). *Designing training and instructional programs for older adults*. New York: CRC Press Taylor & Francis Group.
- Cziko, G., & Park, S. (2003). Internet audio communication for second language learning: A comparative review of six programs. *Language Learning & Technology*, 7(1), 15-27.

D

- Dewsbury, G., Sommerville, I., Rouncefield, M., & Bagnall, P. (2007). Designing technology with older people. *Univ Access InfSoc*, 6, 207-217. Springer-Verlag.
- Dias, C. (2007). *Usabilidade na web: criando portais mais acessíveis*. Rio de Janeiro: Alta Books.
- Dias, I. (2012). O uso das tecnologias digitais entre os seniores. Motivações e interesses. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 68, 51-57.
- Dickinson, A., & Dewsbury, G. (2006). Designing computer technologies with older people. *Gerontechnology*, 5, 1-3.
- Dickinson, A., & Gregor, P. (2006). Computer use has no demonstrated impact on the well-being of older adults. *International Journal of Human-Computer Studies*, 64, 744-753.

- Dickinson, A., & Hill, R. (2007). Keeping in touch: talking to older people about computers and communication. *Educational Gerontology*, 33, 613-630.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-106.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E., Emmons, A., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

E

- EAGLE (2010). *European Approaches to Inter-Generational Lifelong Learning*. <http://www.eagle-project.eu/welcome-to-eagle>. Acedido a 2015-07-16.
- Eggermont, S., & Vandebosch, H. (2010). Towards the desired future of elderly and ICT: policy recommendations based on a dialogue with senior citizens. *Proceedings of the International Communication Association*. USA: New York.
- Emmerij, L. (1992). *Norte-sul: a granada descavilhada*. Venda Nova: Bertrand.
- Erickson, B. (2011). Social media capital, and seniors: the impact of facebook on bonding and bridging social capital of individuals over 65. In *Proceedings – All submissions, Paper 85*.
- Esgaio, A. (2010). *A economia social e solidária e os serviços de proximidade em Portugal: A constituição de redes locais de responsabilidade social – o caso de Oeiras*. Dissertação de Mestrado, Universidade Técnica de Lisboa, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas - ISCSP –, Lisboa.
- Espanha, R. (2009). *Saúde e comunicação numa sociedade em rede – o caso português*. Lisboa: Monitor.
- Espanha, R. (2011). A relação entre TIC, utentes, profissionais e redes tecnológicas de gestão de informação em saúde. In P. S.-A. S. e Rede (Ed.). Lisboa: Centro de Investigação e Estudos em Sociologia. Lisboa: Instituto Universitário de Lisboa.
- EC, European Commission. (2001). *Communication from the Commission: realising the European Union's potential: consolidating and extending the Lisbon Strategy*, COM (2001) 79, 08-02-2000.
- EC. (2010a). *Combating poverty and social exclusion – a statistical portrait of the European Union*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- EC. (2010b). *Work session on demographic projections*. Lisboa: Eurostat European Commission.

- EC. (2012). *The 2012 Ageing Report: underlying assumptions and projection methodologies*: European Economy.
- EU, European Union. (2000a). *eEurope 2002 – Uma sociedade da informação para todos*. Bruxelas: Conselho da União Europeia - Comissão das Comunidades Europeias.
- EU. (2002). *eEurope 2005 - Uma sociedade da informação para todos*. Bruxelas: Comissão das Comunidades Europeias.
- EU. (2006). *Riga ministerial declaration – ICT for an inclusive society*. Brussels: European Commission.
- EU. (2010). *A Digital Agenda for Europe*. Brussels: European Commission.
- EU. (2015). *The 2015 Ageing Report*. Brussels: European Commission.
- Eurostat (2006). *Community Survey on ICT in Households and by Individuals*. European Union.
- Eurostat (2011). *Internet use in Households and by Individuals in 2011*. European Union.
- Eurostat (2013). *Estimativas anuais da população residente*. European Union.
- Eurostat (2014). *The Eurostat regional yearbook 2014*. <http://ec.europa.eu/eurostat>. Acedido a 2015-08-31.

F

- Fernandes, A. (2001). Velhice, solidariedades familiares e política social: itinerário de pesquisa em torno do aumento da esperança de vida. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 36, 39-52.
- Fernández-Ballesteros, R. (1998). Quality of life: the differential conditions. *Psychology in Spain*, 2(1), 57-65.
- Fernández-Ballesteros, R. (2000). Reforma, velhice e cidadania, dúvidas e certezas de um contrato social. *Cadernos de Política Social*, 2-3.
- Fernández-Ballesteros, R., Mendoza-Ruvalcaba, M., Orasa, T., Paúl, C., & Patricia, S. (2010). The concept of 'ageing well' in ten Latin American and European countries. *Aging & Society*, 6, 451-568.
- Ferreira, S. (2013). *Tecnologias de Informação e Comunicação e o Cidadão Sénior*. Tese de Doutoramento, Universidade de Aveiro, Aveiro.
- Ferreira, B., Honório, S., & Batista, M. (2013). A Génese da Gerontagogia em Portugal: Novos desafios à intervenção social gerontológica. *Quid Nivi?* 1(1), 9-24.

- Fonseca, A. (2004). *Uma abordagem psicológica da “passagem à reforma” – desenvolvimento, envelhecimento, transição e adaptação*. Tese de Doutoramento, Universidade do Porto, Porto.
- Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Fontaine, R. (2000). *Psicologia do envelhecimento*. Lisboa: Climepsi.
- Ford, G., & Ford, S. G. (2009). *Internet use and depression among the elderly*. <http://www.phoenixcenter.org/pcpp/pdf>. Acedido a 2015-07-06.
- Fortin, M. (2003). *O processo de investigação: da conceção à realização*. Lisboa: Lusodidacta.
- Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Lisboa: Lusodidacta.
- Fox, S. (2004). Older Americans and the Internet. *Pew Internet & American Life*. USA: Washington DC.
- Freire, P. (1977). *Educação política e conscientização*. Lisboa: Editora Livraria Sá da Costa.
- Freire, P. (1997). *Pedagogia da autonomia – saberes necessários à prática educativa*. S. Paulo: Editora Paz e Terra.
- Fuchs, C. (2008). *Internet and society. Social theory in the information age*. New York: Routledge.
- FGV, Fundação Getúlio Vargas. (2012). *Mapa da inclusão digital*. <http://www.cps.fgv.br/pdf>. Acedido a 2015-07-17.

G

- Gabriel, Z., & Bowling, A. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing & Society*, 24, 675-691.
- Gamberini, L., Alcaniz, M., Barresi, G., Fabregat, M., Ibanez, F., & Prontu, L. (2006). Cognition, technology and games for the elderly: an introduction to eldergames project, 4(3), 285-308.
- Garcia, H. (2001). *A terceira idade e a Internet: Uma questão para o novo milénio*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Filosofia e Ciências da Universidade Estadual Paulista, Marília.
- Garcia, S. (2002). *Destino ímpar*. São Paulo: Editora 34.

- García, I. (2005). *Programas de educación intergeneracional. Acciones estratégicas*. Madrid: Dykinson.
- Gáspari, C., & Schwartz, M. (2005). O idoso e a resignificação emocional do lazer. *Psicologia: Teoria & Pesquisa*, 21(1), 69-76.
- Generations United (2010). *Generations United*. <http://www.gu.org//index.asp>. Acedido a 2015-07-16.
- George, L. (2010). Still happy after all these years: research frontiers on subjective well-being in later life. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 65(3), 331-339.
- German, C. (2000). *O caminho do Brasil rumo à era da informação*. São Paulo: Konrad.
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (1997). *O inquérito: teoria e prática*. Oeiras: Celta Editora.
- Giddens, A. (2000). *O mundo na era da globalização*. Lisboa: Editorial Presença.
- Gil, H. (2011). A formação dos idosos em TIC: Uma «emergência» da sociedade da informação. In *1ª Conferência Ibérica em Inovação na Educação com TIC* (pp. 28-38). Bragança: Escola Superior da Educação.
- Gil, H. (2012). *e-saúde: Apenas uma conjugação entre Tecnologia & Saúde?!*: O caso das pessoas mais idosas. Comunicação apresentada nas V Jornadas sobre Tecnologia e Saúde. Guarda: Instituto Politécnico da Guarda, 27 de abril.
- Gil, H. (2013). Ambientes 'Personalizados' de aprendizagem para adultos idosos: a potencial relevância das TIC. In *VIII Conferência Internacional das TIC na Educação: Desafios/Challenges 2013: Aprender a qualquer hora e em qualquer lugar, learning anytime and anywhere* (pp. 184-191). Braga.
- Gil, H. (2014). *A passagem da Web 1.0 para a Web 2.0 e ...Web 3.0: potenciais consequências para uma «humanização» em contexto educativo*. Cybercentro Castelo Branco: Boletim Informativo.
- Gil, H. (2015). *Cidadania Digital 65+. Os cidadãos 65+ do concelho de Castelo Branco. As TIC, a e-Saúde e o e-Governo local*. Coimbra: Edições MinervaCoimbra.
- Gil, H., & Amaro, F. (2010). Active ageing and the role of ICT and assistive technologies: Reflections and discussion for their use in Portugal. In *International Conference on e-Commerce, e-Administration, e-Society, e-Education, and e-Technology* (pp. 2750-2760). China: Macau.
- Gil, H., & Amaro, F. (2011a). Currículo «Geronto-Digital»: os idosos e a sociedade da informação e do conhecimento. In *VII Conferência Internacional de TIC na Educação* (pp. 1021-1031). Braga: Universidade do Minho.
- Gil, H., & Amaro, F. (2011b). A importância e as principais potencialidades da e-Health para os cidadãos mais idosos. In *Conferência Ibero-Americana WWW/INTERNET 2011 IADIS – International Association for Development of the Information Society and UNIRIO* (pp. 302-306). Brasil: Rio de Janeiro.

- Gil, H., & Amaro, F. (2011c). e-Inclusão: «dos 7 aos 77». In *Proceedings of 61st International Council for Educational Media and the XIII International Symposium on Computers in Education (ICEM & SIIE'2011)* (pp. 60-65). Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Gil, H., & Vieira, J. (2013). As tecnologias assistivas e os cidadãos mais idosos: propostas para a promoção de um melhor processo de envelhecimento. In *Jornada Potencial Técnico e Científico do IPCB* (pp. 121-128). Castelo Branco: Escola Superior de Tecnologia.
- Gilster, P. (1997). *Digital literacy*. Londres: John Wiley and Sons.
- Gomes, M. (2012). *A informática na terceira idade*. Relatório de estágio da Licenciatura em Serviço Social, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.
- Gomes, M. (2014). *Inclusão digital na terceira idade: a integração das TIC numa escola superior sénior*. Dissertação de Mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.
- Goodman-Deane, J., & Keith, S. (2008). HCI and the older population. *Univ Access InfSoc*, 62-65. Springer-Verlag.
- Gouveia, L. (2004). *Sociedade da informação: notas de contribuição para uma definição operacional*. <http://www.ufp.pt>. Acedido a 2015-06-26.
- Gray, A. (2009). The social capital of older people. *Ageing & Society*, 29, 5-31.
- Groenou, V., & Deeg, D. (2010). Formal and informal social participation of the 'young-old' in the Netherlands in 1992 and 2002. *Ageing & Society*, 30, 445-465.
- Gros, B., & Contreras, D. (2006). La alfabetización digital y el desarrollo de competencias ciudadanas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 42, 103-125.

H

- Hall-Elston, C., & Mullins, C. (1999). Social relationships, emotional closeness, and loneliness among older meal program participants. *Social Behavior and Personality*, 27, 503-517.
- Hank, K., & Stuck, S. (2007). *Volunteer work, informal help and care among the 50+ in Europe: further evidence for linked productive activities at older ages*. Working Paper 142. Mannheim Research Institute for the Economics of Aging.
- Harley, D., & Fitzpartick, G. (2008). YouTube and intergenerational communication: the case of Geriatric 1927. *Univ Access InfSoc*, 8, 117-142.

- Hazard, D., Galvão, T., & Rezende, A. (2007). *Inclusão digital e social de pessoas com deficiência*. Brasília: Unesco.
- Hazzlewood, J. (2000). *Third age learners and new technology: issues affecting use and access*. University of Tasmania: Faculty of Education.
- Henriques, S. (2011). Educação social, literacia digital e cidadania: contributos metodológicos. *Revista Animação e Educação*, 1-13.
- Hicks, L. (2011). Informed Consent – SBR. In C.-C.I.T. Initiative (Ed.): Duke University.
- Hilt, M., & Lipschultz, J. (2004). Elderly americans and the Internet: email, tv, news, information and entertainment websites. *Educational Gerontology*, 30(2), 34-40.
- Hu, Y., Wood, F., Smith, V., & Westbrook, N. (2004). Friendships through IM: Examining the relationship between instant messaging and intimacy. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10, 20-25.

I

- IANUS (2010). *Life Long Learning Project 2010*. <http://www.ianusllp.com/index.html>. Acedido a 2015-07-16.
- INE, Instituto Nacional de Estatística (1991). XIII Recenseamento geral da população. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2001). XIV Recenseamento geral da população. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2011). Censos 2011 – Resultados Provisórios. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2012). Censos 2011 - Resultados Definitivos – In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2013a). Aprendizagem ao longo da vida – Inquérito à educação e formação de adultos 2011. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2013b). Inquérito à utilização das TIC pelas famílias. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2014). Anuário estatístico da região centro 2013. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.
- INE. (2015a). Dia mundial da população. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.

INE. (2015b). Inquérito à utilização de Tecnologias da Informação e da Comunicação pelas famílias. In I. P. Instituto Nacional de Estatística (Ed.). Lisboa.

J

Jacob, L. (2005). *A importância das universidades de terceira idade na qualidade de vida dos seniores em Portugal*. Almeirim: RUTIS.

Jacob, L. (2012). *Universidades seniores: criar novos projetos*. Almeirim: RUTIS.

Jaeger, B. (2004). Trapped in the digital divide? Old people in the information society. *Science Studies*, 17(2), 5-22.

Jantsch, A., Machado, L., Behar, P., & Lima, J. (2012). As redes sociais e a qualidade de vida: os idosos na era digital. *Revista IEEE-RITA*, 7(4), 173-179.

Jarvis, P. (1995). *Adult and continuing education – theory and practice*. London: Routledge.

Jones, B., & Bayen, U. (1998). Teaching older adults to use computers: Recommendations based on cognitive aging research. *Educational Gerontology*, 24(7), 675-689.

K

Kachar, V. (2001). *A terceira idade e o computador: interação e produção num ambiente educacional interdisciplinar*. Tese de Doutorado, Pontifícia Universidade Católica, São Paulo.

Kachar, V. (2002). A terceira idade e a inclusão digital. *Atuar – Educação e Cultura*, 21, 1-8.

Kachar, V. (2003). *Terceira Idade & Informática: Aprender revelando potencialidades*. São Paulo: Cortez Editora.

Kachar, V. (2011). Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. *Revista Kairós Gerontologia*, 13(2), 131-147.

Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1992). *Well-being: the foundation of hedonic psychology*. New York: Russell Foundation.

Kalache, I., & Edwards, P. (2001). Active Aging: changing the paradigm. *Gerontology*, (Abstracts).

- Ketele, J., & Roegiers, X. (1999). *Metodologias da recolha de dados: fundamentos dos métodos de observação, de questionários, de entrevistas e de estudos de documentos*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Kim, H., Kim, G., Park, W., & Rice, E. (2007). Configurations of relationships in different media: email, instant messenger, mobile phone, and SMS. *Journal of Computer Mediated Communication*, 12(4), 5-7.
- Knight, T., & Ricciardelli, A. (2003). Successful ageing: perceptions of adults aged between 70 and 101 years. *International Journal of Ageing Human Development*, 56(3), 223-246.
- Knowles, M. (1990). *The adult learner – a neglected species*. USA: Gulf Publishing Company.
- Knowles, M. (1996). *Andragogy: an emerging technology for adult learning*. London: Routledge.
- Kohli, M., Hank, K., & Kunemund, H. (2009). The social connectedness of older europeans: patterns, dynamics and contexts. *Journal of European Social Policy*, 19(4), 327-340.
- Kreis, R., Alves, V., Cárdenas, C., & Karnikowski, M. (2007). O impacto da informática na vida do idoso. *Revista Kairós Gerontologia*, 10(2), 153-168.

L

- Leeson, G. (2009). Educação e aprendizagem ao longo da vida. In *O tempo da vida. Fórum Gulbenkian da saúde sobre o envelhecimento* (pp. 265-286). Cascais: Princípia.
- Léger, J., Tessier, J., & Mouty, M. (1994). *Psicopatologia do envelhecimento e assistência às pessoas idosas*. Petrópolis: Vozes.
- Lévy, P. (2000). *Cibercultura*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Levy, M., & Stockwell, G. (2006). CALL dimensions: options and issues in computer-assisted language learning. Mahwah, NJ: Routledge.
- Light, L. (1996). Memory and ageing. In E. Bjork, & R. Bjork (Ed.). *Handbook of perception and cognition* (pp. 443-490). San Diego: Academic Press.
- Lima, L. (2002). Formação e aprendizagens ao longo da vida: entre a mão direita e a mão esquerda de Miro. In A. Quintilha (Org.). *Cruzamento de saberes aprendizagens sustentáveis* (pp. 128-129). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

- Lima, A. (2008). A gestão da experiência de envelhecer em um programa para a terceira idade. *Textos Envelhecimento*, 2(2), 23-63.
- Lisbôa, S. (2010). *Aprendizagem Informal na Web Social? Um estudo na rede social Orkut*. Dissertação de Mestrado, Universidade do Minho, Braga.
- Livingstone, S. (2004). What is media literacy?. *Intermedia*, 32(3), 18-20.
- Livro Verde para a Sociedade da Informação (1997). *O livro verde para a sociedade da informação em Portugal*. <http://www.missao-si.mct.pt>. Acedido a 2015-06-03.
- Lobet-Marais, C., & Galand, J. (2004). Seniors and ICT's: A sense of Wisdom. *Communications & Strategies*, 53, 87-101.
- Loos, E. (2012). Senior citizens: Digital immigrants in their own country? *Observatório Journal*, 6, 1-23.
- Lopes, H., & Suleman, F. (Coord.) (1999). *Estratégias empresariais e competências-chave*. Observatório de emprego e formação profissional. Lisboa.
- Lucas, M., & Moreira, A. (2009). A Web Social: Complemento informal às aprendizagens formais? In *VI Conferência Internacional de TIC na educação, Challenges 2009* (pp. 121-124). Braga: Universidade do Minho.
- Lupien, S., & Wan, N. (2004). *Successful ageing: from cell to self*. Royal Society.

M

- Machado, L., & Souza, V. (2006). Um estudo sobre o uso da Internet por idosos. In *Conferência IADIS Ibero-Americana WWW/Internet 2006* (pp. 121-134). Brasil: Porto Alegre.
- Magalhães, L., & Rodrigues, M. (2000). Rumo à sociedade da informação e do conhecimento. In A. Reis (Coord.). *Portugal anos 2000 - Retrato de um país em mudança* (pp. 143-166). Lisboa: Círculo de Leitores.
- Malanowski, N., Özcivelek, R., & Cabrera, M. (2008). *Active ageing and independent living services: the role of information and communication technology*. European Commission – Institute for prospective technological studies.
- Malta, S. (2008). Intimidade e adultos mais velhos: uma comparação entre relações românticas *online* e *offline*. In T. Arjoribanks, & J. Barraket (Ed.). *Re-imaginando Sociologia* (pp. 89-100). Associação Sociológica Australiana.
- Maroco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Marques, S. (2011). *Discriminação da terceira idade*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

- Mariz, L. (2009). *Tecnologias da Informação, Terceira Idade e Educação*. <http://www.intercom.org.br/papers/nacionais/2009/resumos/pdf>. Acedido a 2015-07-16.
- Matsubayashi, K., Ishine, M., Wada, T., & Okumiya, K. (2006). Older adults view of successful ageing: comparison of older Japanese and Americans. *Journal of American Geriatrics Society*, 54(1), 184-187.
- Mauritti, R. (2004). Padrões de vida na velhice. *Análise Social*, 39(171), 339-363.
- May, C., & Hasher, L. (1998). Synchrony effects in inhibitory control over thought and action. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception & Performance*, 24, 363-379.
- Mezirow, J. (1991). *Transformative dimensions of adult learning*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Millar, P., & Falk, I. (2000). Seniors online: Online literacy and learning by senior citizens in rural centres. *Tasmanian Centre of ALNARC*. University of Tasmania.
- Miné, T. (2014). De bem com a vida: idosos no Facebook. In *4º Congresso Internacional em comunicação e consumo* (pp. 1-15). São Paulo.
- Miranda, I., Varajão, J., Simões, R., & Cruz-Cunha, M. (2014). O impacto da exclusão digital na utilização potencial de um mercado eletrónico de serviços de cuidados de saúde e serviços sociais. *Revista RISTI*, 14(12), 33-49. Doi: 10.17013/risti.14.33-49.
- Moraes, M. (2000). *O Paradigma Educacional Emergente*. Campinas: Papirus.
- Moraes, C. (2002). *Educação à distância: fundamentos e práticas*. <http://www.escolanet.com.br>. Acedido a 2015-11-05.
- Moreira, A. (1979). *Ciência política*. Lisboa: Bertrand.
- Morgan, R. (2005). Technology greets the age wave. *The Gerontologist*, 45(5), 704-710.
- Morris, M. (1994). Computer-training needs of older adults. *Educational Gerontology*, 20(6), 541-555.
- Morris, A., Goodman, J., & Brading, H. (2007). Internet use and non-use: views of older users. *Univ Access InfSoc*, 6, 43-57.
- Mortari, F. (2011). *Inclusão digital das pessoas mais velhas: uma experiência de ações de formação nos Espaços Internet em Portugal*. Dissertação de Mestrado, Universidade Técnica, Lisboa.
- Moura, C. (2006). *Século XXI – Século do envelhecimento*. Lisboa: Lusociência.
- Moutinho, L., & Heitor, M. (2005). Digital cities and the opportunities for mobilizing the information society: case studies from Portugal. In B. Peter, & S. Koizumi.

Digital cities III information technologies for social capital: cross-cultural perspectives (pp. 417-436). Berlin: Springer.

Mozzato, A., & Grzybovski, D. (2011). Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da administração: potencial e desafios. *RAC*, Curitiba 15(4), 731-747.

Mullins, C., & Dugan, E. (1990). The influence of depression, and family and friendship relations, on residents loneliness in congregate housing. *Gerontologist*, 30, 377-384.

Mullins, C., Smith, R., Colquitt, R., & Mushel, M. (1996). An examination of the effects of self-rated and objective indicators of health condition and economic condition on the loneliness of older people. *Journal of Applied Gerontology*, 15, 23-37.

N

Nairne, S. (2003). Sensory and working memory. In A. Healy, & R. Proctor (Ed.). *Comprehensive Handbook of Psychology* (pp. 424-444). New York: Wiley.

Naumanen, M., & Tukiainen, M. (2009). Guided participation in ICT-education for seniors: motivation and social support. In *Proceedings of the 39th ASEE/IEEE Frontiers in Education Conference*. USA: San Antonio.

Nazareth, J. (1999). Envelhecimento demográfico e relação entre gerações. *Psicologia, Educação e Cultura*, 3(2), 239-251.

Negroponte, N. (1996). *Ser digital*. Lisboa: Caminho.

Neri, L. (2007). *Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar*. São Paulo: Editora Alínea.

Neri, L. (2008). *Palavras-chave em gerontologia*. São Paulo: Editora Alínea.

Neves, B. (2010). Cidadania digital? Das cidades digitais a Barack Obama. Uma abordagem crítica. In I. Morgado, & A. Rosas (Org.). *Cidadania Digital* (pp. 143-188). UBI: Labcom.

Neves, B., & Amaro, F. (2012). Too old for technology? How the elderly of Lisbon use and perceive ICT. *The Journal of Community Informatics*, 8(1), 20-30.

Neves, B., Amaro, F., & Fonseca, J. (2013). Coming of (old) age in the digital age: ICT usage and non-usage among older adults. *Sociological Research Online*, 18(2) 6.

Nicola, I. (1999). Formação de recursos humanos para uma ação educativa gerontológica. *Gerontologia*, 7(4), 178-191.

- Nielsen, J. (2000). *Designing web usability: the practice of simplicity*. Indianapolis: New Riders Publishing.
- Norris, P. (2001). *Digital divide: Civic engagement, information poverty, and the Internet worldwide*. New York: Cambridge University Press.
- Notess, M., & Lorenzen-Huber, L. (2006). Online learning for seniors: Barriers and opportunities.
- Novo, F. (2003). *Para além da eudaimonia: o bem-estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Núncio, V. (2015). *Estudo da utilização das TIC na USALBI e o contributo para a redução do isolamento dos idosos*. Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Castelo Branco: Escola Superior de Educação, Castelo Branco.

O

- OberCom, Observatório da Comunicação. (2014). *A Internet em Portugal. Sociedade em Rede 2014*. Lisboa: OberCom.
- OCDE, Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico. (1996). *Lifelong Learning for all*. OCDE: Publications.
- OCDE. (1998). *Maintenir la prospérité dans une société vieillissante*. Document de travail.
- Odebrecht, C., & Gonçalves, L. (2000). Da Gerontologia à Gerontecnologia. *Laboratório de Ergonomia – Centro de Ciências* (Portal do Envelhecimento).
- Oliveira, H. (2000). Felicidade: teorias e fatores. *Psicologia, Educação e cultura*, 4, 281-309.
- OMS, Organização Mundial de Saúde. (2002). *Vieillir en restant actif: cadre d'orientation*. Genebra: OMS.
- ONU, Organização das Nações Unidas. (1982). Relatório da I assembleia mundial sobre envelhecimento, plano de ação internacional. Viena: ONU.
- ONU. (2002). Plan de acción internacional Madrid sobre el envejecimiento. Madrid.
- O'Reilly, T. (2004). *Open source paradigm shift*. <http://www.oreilly.com/articles>. Acedido a 2015-06-25.
- Osório, R., & Pinto, C. (2007). *As pessoas idosas. Contexto social e intervenção educativa*. Lisboa: Instituto Piaget.

P

- Pais Ribeiro, L. (1994). A importância da qualidade de vida para a psicologia da saúde. *Análise Psicológica*, 7(2-3), 179-191.
- Pais Ribeiro, L. (2002). A Qualidade de Vida tornou-se um resultado importante no sistema de cuidados de saúde. *Revista de Gastrenterologia & Cirurgia*, 19(103), 159-173.
- Pais Ribeiro, L. (2004). Quality of life is a primary end-point in clinical settings. *Clinical Nutrition*, 23, 121-130.
- Paiva, F. (2005). *Democratização da informação ou inclusão digital?* <http://gizmo.rits.org.br/apc-aa-infoinclusao/artigos>. Acedido a 2015-08-09.
- Palma, D. (2013). *O contributo das novas tecnologias para o bem-estar social dos idosos em meio rural: estudo de caso*. Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Beja: Escola Superior de Educação, Beja.
- Paola, J. (2012). Los Desafios de la intervención Profesional del Trabajo Social en el actual contexto. In J. Paola, P. Danel, & R. Manes. *Reflexiones en Torno al Trabajo Social en el Campo Gerontológico – Tránsitos, miradas e interrogantes* (pp. 12-25). Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires.
- Pardal, L., & Lopes, E. (2011). *Métodos e técnicas de investigação social*. Lisboa: Areal Editores.
- Páscoa, G. (2012). *O contributo da web social – rede social Facebook – para a promoção do envelhecimento ativo: estudo de caso realizado na USALBI*. Dissertação de Mestrado, Universidade Técnica, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas – ISCSP, Lisboa.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2012a). O desafio do Facebook na promoção do envelhecimento ativo e da solidariedade intergeracional. In *III Congresso Internacional de Gerontologia e Geriatria* (pp. 36-54). Lisboa.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2012b). O Facebook e os idosos: a importância do software social na aprendizagem ao longo da vida. In *7ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação* (pp. 544-549). Madrid.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2012c). Redes sociais como complemento da aprendizagem ao longo da vida: as universidades seniores e a Web 2.0. In *Conferência Ibérica em inovação na educação com TIC* (pp. 96-108). Bragança.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2012d). As TIC como resposta social para o envelhecimento ativo. In R. Pocinho (Coord.). *Envelhecer em tempos de crise: Respostas sociais* (pp. 69-82). Porto: Legis Editora.

- Páscoa, G., & Gil, H. (2012e). Envelhecimento ativo e qualidade de vida: a importância das redes sociais digitais – Facebook. In *Conferência Internacional sobre políticas públicas de envelhecimento – CIPPE 2012* – (pp. 127-141). Lisboa.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2013). Fatores socioculturais na formação ao longo da vida: um estudo sobre aprendizagem das tecnologias de informação e comunicação em populações 50+. In *Conferência Internacional sobre políticas públicas de envelhecimento- CIPPE 2013* – (pp. 57-71). Lisboa.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2014). As tecnologias de informação e comunicação e a formação ao longo da vida: um estudo em populações 50+. In *9ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação* (pp. 43-47). Barcelona.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2015a). O sénior e a aprendizagem das TIC: Um potencial contributo para a e-inclusão e para o seu bem-estar. In *10ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação* (pp. 85-90). Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Páscoa, G., & Gil, H. (2015b). Uma nova forma de comunicação para o cidadão sénior: Facebook. *Revista Kairós Gerontologia*, 18(1), 9-29.
- Pasqualotti, A. (2008). *Comunicação, tecnologia e envelhecimento: significação da interação na era da informação*. Tese de Doutoramento, Estado do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Pasqualotti, A., Barone, D., & Doll, J. (2007). As tecnologias de informação e comunicação na vida de idosos com sintomas de depressão: significado, experiências e relacionamentos. *Novas Tecnologias na Educação*, 5(2), 1-8.
- Passerino, M., & Pasqualotti, A. (2006). A inclusão digital como prática social: uma visão sócio-histórica da apropriação tecnológica em idosos. In M. Portella, A. Pasqualotti, & M. Gaglietti (Org.). *Envelhecimento humano: saberes e fazeres* (pp. 246-260). Passo Fundo: Universidade de Passo Fundo.
- Patrício, M., & Osório, A. (2012). Aproximar gerações através das TIC. In *2ª Conferência Ibérica em Inovação na Educação com TIC* (pp. 548-550). Bragança.
- Paúl, C. (1997). *Lá para o fim da vida. Idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Almedina.
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento ativo e redes de suporte social. *Sociologia*, 15, 275-287.
- Paúl, C., & Fonseca, A. (2005). *Envelhecer em Portugal. Psicologia, Saúde e Prestação de Cuidados*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Paúl, C., & Ribeiro, O. (Coord.). (2012). *Manual de Gerontologia: aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: Lidel.
- Pereira, C. (2010). *O contributo das TIC para a qualidade de vida das pessoas idosas*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Aveiro, Aveiro.

- Perren, K., Sara, A., & Davidson, K. (2003). Men's affiliation in later life: the influence of social class and marital status on informal group membership. *Ageing and Society*, 23, 69-82.
- Pestana, M., & Gageiro, J. (2005). *Análise de dados para ciências sociais – A complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Petriz, G., & Norma, T. (2007). A qualidade de vida dos idosos. In A. Osório, & F. Pinto (Org.). *As pessoas idosas: contexto social e intervenção educativa* (pp. 181-201). Lisboa: Instituto Piaget.
- Phelan, A., Anderson, A., Lacroix, A., & Larson, B. (2004). Older adults' views of successful ageing: how do they compare with researchers definitions. *Journal of American Geriatric Society*, 52(2), 423-435.
- Pichler, F., & Wallace, C. (2007). Patterns of formal and informal social capital in Europe. *European Sociological Review*, 23, 423-435.
- Pinho, M. (2012). Memória e envelhecimento. In C. Paúl, & O. Ribeiro (Coord.). *Manual de Gerontologia: aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (pp. 142-162). Lisboa: Lidel.
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network and competence on subjective well-being in later life. A meta-analysis. *Psychology and aging*, 18(4), 896-905.
- Pinto, C. (1998). *Empowerment: uma prática de serviço social*. In O. Barata (Coord.). *Política social 1998* (pp. 245-277). Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas – ISCSP.
- Pinto, C. (2010). Política social europeia: Do desemprego e da exclusão social, livrai-nos senhora. In O. Barata (Coord.). *Política Social e Sociologia*, (pp. 189-224). Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas – ISCSP.
- Pinto, G. (2003). *As universidades da terceira idade em Portugal: das origens aos novos desafios do futuro*. Comunicação apresentada na Conferência Internacional: Envelhecer em saúde. Lisboa, 8 de agosto.
- Pinto, H. (2009). *Satisfação de idosos institucionalizados em lar lucrativo e idosos a usufruírem da prestação informal de apoio domiciliário – uma abordagem comparativa*. Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto, Porto.
- Pinto, P. (2011a). Family, disability and social policy in Portugal: where are we at, and where do we want to go? *Sociologia On-Line*, 32, 39-60.
- Pinto, P. (2011b). At the crossroads: human rights and the politics of disability and gender in Portugal. *European Journal of Disability Research*, 5(2), 116-128.
- Pinto, H., & Santos, T. (2006). *A sociedade da informação e do conhecimento: Análise de enquadramento no Algarve*. <http://www.mpra.ub.uni-muenchen>. Acedido a 2015-06-26.

- Pires, A. (2002). *Educação e formação ao longo da vida: análise crítica dos sistemas e dispositivos de reconhecimento e validação de aprendizagens e de competências*. Tese de Doutoramento, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa.
- Pires, T. (2008). *Efeitos dos videojogos nas funções cognitivas da pessoa idosa*. Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto, Porto.
- Plano Tecnológico (2005). *Plano Tecnológico 2005/2009 – Portugal a Inovar*.
- POSI, Programa Operacional Sociedade da Informação. (1998). Programa cidades digitais. Lisboa: POSI.
- POSI. (2001). Programa cidades e regiões digitais. Lisboa: POSI.
- Porteiro, V. (1999). La Gerontogogía: una nueva disciplina. *Escuela Abierta*, 3, 183-198.
- Preece, J., Rogers, Y., Sharp, H., Benyon, D., & Carey, T. (2005). *Human-Computer Interaction*. England: Addison-Wesley.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1-6.
- Pretto, N. (1996). *Uma escola sem/com futuro*. Campinas: Papirus.
- Programa do XVII Governo Constitucional (2005-2009). Presidência de Conselho de Ministros.
- Programa do XIX Governo Constitucional (2011-2015). Presidência de Conselho de Ministros.
- Programa do XXI Governo Constitucional (2015-2019). Presidência de Conselho de Ministros.
- Projeto InfoGerar (2010). *Solidariedade Intergeracional através da inclusão digital*. <http://infogerar.blogspot.com>. Acedido a 2015-07-16.
- Projeto TECLAR (2010). *Ensinar e aprender entre gerações*. <http://projetoteclar.blogspot.com>. Acedido a 2015-07-16.
- Projeto TIO (2010). *Terceira Idade Online*. <http://projectotio.net/>. Acedido a 2015-07-16.
- Pocinho, R. (2014). *Mayores en contextos de aprendizaje: Caracterización y efectos psicológicos en los alumnos de las Universidades de Mayores en Portugal*. Tese de Doutoramento, Universidade de Valência, Valência.
- Pozo, I. (2004). A sociedade da aprendizagem e o desafio de converter informação em conhecimento. *Revista Pátio. Educação ao longo da vida* [Revista online], 31. http://www.revistapatio.com.br/sumario_conteudo.aspx. Acedido a 2015-08-05.
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone: the collapse and revival of american community*. New York: Simon & Schuster.

Q

Quivy, R., & Campenhoudt, L. (2008). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.

R

Ramos, P. (2003). *Ação social na área do emprego e da formação profissional*. Lisboa: Universidade Aberta.

Rebelo, A. (2013). *Seniores em rede: motivações para o uso da Internet e do Facebook pelos mais velhos*. Dissertação de Mestrado, Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa.

Recuero, R. (2009). *Redes sociais na Internet*. Porto Alegre: Editora Sulina.

Requejo, O. (2005). *Educação permanente e educação de adultos*. Lisboa: Instituto Piaget.

Requejo, O. (2007). Os idosos na sociedade atual. In R. Osório, & F. Pinto. *As pessoas idosas* (pp. 23-27). Lisboa: Instituto Piaget.

Ribeiro, O., & Paúl, C. (2011). *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lisboa: Lidel.

Richardson, W. (2006). *Blogs, Wikis, Podcasts and other powerful web tools for classroom*. Thousand Oaks, California: Carvin Press.

Robinson, P., DiMaggio, P., & Hargittai, E. (2003). New social survey perspectives on the digital divide. *IT & Society*, 1(5), 1-22.

Rodotá, S. (2008). Social, ethical and privacy needs in ICT for older people: a dialogue road map. European Commission.

Rodrigues, J. (1991). *Competitividade e recursos humanos*. Lisboa: Publicações D. Quixote.

Rodrigues, J. (2005). A agenda de Lisboa em Portugal e na Europa. In M. Castells, & G. Cardoso (Org.). *A sociedade em rede: do conhecimento a ação política* (pp. 393-418). Lisboa: Imprensa Nacional - Casa da Moeda.

Rodrigues, R. (2012). *Universidades da Terceira Idade: Duas décadas de intervenção em Portugal*. Dissertação-Especialização em Educação Social e Intervenção Comunitária, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa.

- Rogers, C. (1983). *Tornar-se pessoa*. Lisboa: Editora Moraes.
- Rogers, W., & Fisk, A. (2006). A cognitive support for elders through technology. *Generations*, 30(2), 38-43.
- Roldão, D. (2009). Aprendizagem contínua de adultos idosos e qualidade de vida: refletindo sobre possibilidades em atividades de extensão nas universidades. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 6(1), 1-73.
- Rosa, M. (2012). *O envelhecimento da sociedade portuguesa*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Ryff, D. (1989). In the eye of the beholder: views of psychological well-being among middle-aged and older adults. *Psychology and Ageing*, 4(2), 195-210.

S

- Sáez, I. (2002). *Pedagogia social y programas intergeneracionales. Educación de personas mayores*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Sales, B. (2007). *Modelo multiplicador utilizando a aprendizagem por pares focado no idoso*. Tese de Doutorado, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- Sales, B., & Cybis, A. (2003). Desenvolvimento de um *checklist* para a avaliação de acessibilidade da web para usuários idosos. In *Proceeding CLIHC '03, Proceedings of the Latin American Conference on human-computer interaction* (pp. 125-133).
- Sales, B., Amaral, A., Junior, S., & Sales, B. (2014). Tecnologias de informação e comunicação via *web*: preferências de uso de um grupo de usuários idosos. *Revista Kairós Gerontologia*, 17(3), 59-77.
- Salvarezza, L. (1998). *La vejez: una mirada gerontológica actual*. Buenos Aires: Paidós.
- Santos, S. (1998). *Reinventar a democracia*. Lisboa: Gradiva.
- Santos, P. (2000). *A depressão no idoso*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Santos, L. (2005). *Tecnologias de Informação e Comunicação: o email redimensionando as relações sociais de idosos*. Dissertação de Mestrado, Universidade Católica de São Paulo, Brasil
- Santos, A. (2013). *As tecnologias de informação e comunicação para a terceira idade*. Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico, Escola Superior de Educação, Bragança.

- Scheibe, S., & Carstensen, L. (2010). Emotional aging: recent findings and future trends. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 65(2), 135-144.
- Sei, M. (2009). O crescimento da terceira idade e a crescente relação com a tecnologia. <http://www.faac.unesp.br/pesquisa/doc>. Acedido a 2015-07-17.
- Selwyn, N. (2004a). The information aged: A qualitative study of older adults' use of information and communications technology. *Journal of Aging Studies*, 18, 369-384.
- Selwyn, N. (2004b). Reconsidering political and popular understandings of the digital divide. *New Media & Society*, 4(3), 341-362.
- Selwyn, N., Stephen, G., & John, F. (2003a). *The information aged: Older adult use of information and communications technology in everyday life*. School of social sciences. Cardiff University: Wales. *Working paper series. Paper 36*.
- Selwyn, N., Gorard, S., Furlong, J., & Madden, L. (2003b). Older adults' use of information and communications technology in everyday life. *Ageing & Society*, 23, 561-582.
- SeniorLearning (2010). *Senior Learning*. <http://www.seniorlearning.eu/site/index.html>. Acedido a 2015-07-16.
- Senior Watch (2008). *Assessment of the senior market for ICT. Progress and Developments*, report. http://ec.europa.eu/information_society/newsroom. Acedido a 2015-06-30.
- Serra, D. (2009). Formação continuada intergeracional: Desafios e propostas gerontagóricas. *Pesquisa em Foco*, 17, 12-21.
- Silva, H., Lima, M., & Galhardoni, R. (2010). Envelhecimento bem-sucedido e vulnerabilidade em saúde: aproximações e perspectivas. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 14, 867-877.
- Silva, S. (2008). Cursos de informática para a terceira idade: por quê?. *Revista Sinergia – Cefetsp*, 9(1), 49-54.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A., & Oliveira, A. (2000). O bem-estar subjetivo: estado atual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 4, 243-279.
- Slegers, K., Betel, M., & Jolles, J. (2008). Effects of computer training and Internet usage on the well-being and quality of life of older adults: a randomized, controlled study. *Journal of Gerontology*, 63(3), 176-184.
- Soares, B., Pasqualotti, A., Bertolin, T., Amaro, F., & Gil, H. (2014). A interação virtual através de videojogos e a capacidade funcional das pessoas idosas. In *9ª Conferência Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação* (pp. 53-58). Barcelona.
- Spirduso, W. (2005). *Dimensões físicas do envelhecimento*. São Paulo: Manole.

Stephenson, M. (1998). The potential of information and communication technologies to overcome problems of peripherality for older people in rural areas. *SeniorNet*.

Stephenson, M. (2011). The role of information and communication technologies in the lives of older people, especially in rural areas. *Centre for Rural Economy*. University of Newcastle.

Stewart, A. (2000). Social inclusion: an introduction. *Askonas*, 1-16.

Swindell, R. (2000). Using the Internet to cognitively challenge isolated older people. Australia: Griffith University.

T

Teixeira, S., & Nunes, F. (2000). *O interesse nacional e a globalização*. Lisboa: Edições Cosmo.

Tennant, M. (1997). *Psychology and adult learning*. London: Routledge.

Timmermann, S. (1998). The role of information technology in older adult learning. *New directions for adult and continuing education*, 77, 61-71.

Toffler, A. (1970). *Choque do futuro*. Lisboa: Livros do Brasil.

Toffler, A. (1980). *A terceira vaga*. Lisboa: Livros do Brasil.

Toffler, A. (1991). *Os novos poderes*. Lisboa: Livros do Brasil.

U

UN, United Nations. (1983). Vienna international plan of action on aging. USA: New York.

UN. (1991). *United Nations Principles for older persons*. <http://www.un.org/documents/ga/res/46>. Acedido a 2015-08-26.

UN. (2013). *World population ageing – 2013*. New York: UN.

V

- Van Dijk, M. (2006). Digital divide research, achievements and shortcomings. *Poetics*, 34(4-5), 221-235.
- Varela, C. (2012). *O impacto dos cursos TIC das universidades seniores na inclusão digital da terceira idade*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Vehovar, V., Sicherl, P., Husing, T., & Dolnicar, V. (2006). Methodological challenges of digital divide measurements. *The Information Society*, 22(5), 279-290.
- Veloso, E. (2002). *As universidades da terceira idade em Portugal: contributos para uma caracterização*. Tese de Doutoramento, Universidade do Minho, Braga.
- Verona, S., Cunha, C., Pimenta, G., & Buriti, M. (2006). Perceção do idoso em relação à Internet. *Temas em Psicologia*, 14(2), 189-197.
- Vicente, R., & Menéndez, L. (2006). A multivariate framework for the analysis of the digital divide: evidence for the European Union-15. *Information & Management*, 43(6), 756-766.
- Von Faber, M., Van Der Wield, B., Van Excel, E., Van Der Geest, S., & Westendorp, G. (2001). Successful ageing in the oldest old. *Archives of Internal Medicine*, 161(22), 2694-2700.
- Vygotsky, L. (1996). *A formação social da mente*. Rio de Janeiro: Martins Fontes.

W

- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International social security review*, 55(1), 121-140.
- Walker, A. (2012). Envejecimiento e ciudadanía. In *III Congreso Internacional, Personas Mayores, ciudadanía y empoderamiento: De la investigación a la acción* (pp. 77-83). Santiago do Chile.
- Waters, M. (1999). *Globalização*. Lisboa: Celta Editora.
- Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Weiler, K. (1996). Freire and feminist pedagogy of difference. In E. Edwards, J. Hanson, & S. Raggat (Ed.). *Boundaries of adult learning*. London: Routledge.

- West, D., & Heat, D. (2009). Moving forward on digital inclusion: a framework for integrating research, policy and practice. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 18(2), 5-28.
- White, J., & Weatherall, A. (2000). A grounded theory analysis of older adults and information technology. *Educational Gerontology*, 26, 371-386.
- White, H., McConnell, E., Clipp, E., Branch, G., Sloane, R., Pieper, C., & Box, L. (2002). A randomized controlled trial of the psychosocial impact of providing internet training and access to older adults. *Aging Ment Health*, 6(3), 213-221.
- WHOQOL Group (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the world health organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403-1409.
- Wilson, J. (2004). *The information revolution and developing countries*. Cambridge: The MIT Press.
- Withnall, A. (2003). Tres décadas de Gerontología Educativa: logros y Retos. In J. Sáez (Coord.). *Educación y Aprendizaje en las personas mayores* (pp. 63-78). Madrid: Dykinson.
- WHO, World Health Organization. (2002). *Active Ageing – A Policy Framework*. Paper presented at the second united nations world assembly on ageing. Espanha: Madrid.

X

- Xavier, A., Sales, B., Ramos, L., Anção, M., & Sigulem, D. (2004). *Cognition, interaction ageing: Internet workshops exploratory study*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>. Acedido a 2015-07-06.
- Xie, B. (2008). Multimodal computer-mediated communication and social support among older Chinese internet users. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 728-750.

Y

- Yanguas, I. (2010). Oral computer-mediated interaction between L2 learners: it's about time. *Language Learning & Technology*, 14(3), 72-93.

Yu, L. (2006). Understanding information inequality: Making sense of the literature of the information and digital divides. *Journal of Librarianship and Information Science*, 38(4), 229-252.

Z

Zaphiris, P., & Kurniawan, S. (2007). A systematic approach to the development of research-based web design guidelines for older people. *Univ Access InfSoc*, 6, 59-75.

Ziersch, A., Osborne, K., & Baum, F. (2011). Local community participation: who participates and what aspects of neighbourhood matter? *Urban Policy and Research*, 29(4), 381-399.

Referências Legais

Portaria n.º 1082 – A/2001 - Diário da República n.º206/2001, Série I de 2001-09-05.
Criação da rede nacional de centros de reconhecimento, validação e certificação de competências.

Lei Constitucional n.º1/2005 - Diário da República n.º155/2005, Série I de 2005-08-12.
Aprova a sétima revisão constitucional.

Decreto-Lei n.º 232/2005. Diário da República n.º 249/2005, Série I de 2005-12-29.
Institui o Complemento Solidário para Idosos.

Diário da República n.º 11/2006, Série III de 2006-01-16. Aprova a criação da Associação Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS).

Resolução do Conselho de Ministros n.º 91/2010 - Diário da República n.º225/2010, Série I de 2010-11-19. Aprova a Agenda Digital 2015.

Resolução do Conselho de Ministros n.º 112/2012 - Diário da República n.º 252/2012, Série I de 2012-12-31. Aprova a Agenda Portugal Digital.

Lei n.º 11-A/2013 - Diário da República n.º19/2013, Série I de 2013-01-28. Aprova a reorganização administrativa do território das freguesias.

Resolução do Conselho de Ministros n.º 15/2013 - Diário da República n.º 55/2013, Série I de 2013-03-19. Aprova o Programa Aproximar – Programa de Descentralização de Políticas Públicas.

Portaria n.º 135-A/2013 - Diário da República n.º62/2013, Série I de 2013-03-28.
Criação, regime orgânico e funcionamento dos Centros para a Qualificação e o Ensino Profissional.

Decreto – Lei n.º 74/2014 - Diário da República n.º 91/2014, Série I de 2014-05-13.
Aprova a Rede de Espaços do Cidadão.

Referências Eletrónicas

- Website: <http://www2.gep.mtss.gov.pt/cartasocial> , acedido a 2015-05-01.
- Website: <http://www.wikipedia./Distrito de Castelo Branco> , acedido a 2015-05-01.
- Website: <http://www.iefp.pt/formação> , acedido a 2015-06-14.
- Website: <http://www.planotecnologico.pt> , acedido a 2015-06-14.
- Website: <http://www.ligarportugal.pt> , acedido a 2015-06-19.
- Website: <http://www.ei.gov.pt> , acedido a 2015-06-19.
- Website: <http://www.ticsociedade.pt> , acedido a 2015-06-20.
- Website: <http://www.4.seg-social.pt> , acedido a 2015-06-25.
- Website: <http://www.envelher.org> , acedido a 2015-06-27.
- Website: <http://www.fct.pt> , acedido a 2015-09-21.
- Portal do Instituto Nacional de Estatística: <http://www.ine.pt>
- Portal Eurostat: <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/eurostat/home>
- Portal Oficial da União Europeia: http://europa.eu/index_pt.htm
- Portal da Estratégia Europa 2020: http://ec.europa.eu/europe2020/index_en.htm

APÊNDICES

Apêndice A

Carta de pedido de autorização aos Diretores das Universidades Seniores

Pedido de Colaboração/Autorização

Exmo(a). Senhor(a) Diretor(a) da Universidade ou Academia Sénior

No âmbito de um projeto académico de doutoramento a decorrer no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (ULisboa), conduzido pela Doutoranda Gina Maria Gouveia Páscoa, sob a orientação do Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil (Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco) e coorientação da Professora Doutora Paula Campos Pinto (Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa), conducente à elaboração de tese intitulada: “Fatores socioculturais na formação ao longo da vida: um estudo sobre a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação em populações 50+”. A investigação tem como objetivo geral identificar os fatores socioculturais que influenciam e condicionam a opção pela aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação, em populações com 50 e mais anos, e conhecer os impactos desta aprendizagem no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

Os instrumentos na recolha de dados consistem em:

- Aplicação de um Questionário aos Participantes com aprendizagem em TIC e outro Questionário aos Participantes sem aprendizagem em TIC;
- Realização de Entrevistas Semiestruturadas aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC;
- Realização de uma Entrevista Semiestruturada ao Diretor da Universidade Sénior e a um Professor de TIC.

Neste sentido, gostaria de solicitar a Vossa Exa. a sua autorização para aplicação dos respetivos instrumentos na recolha de dados. Os dados recolhidos serão exclusivamente para fins científicos. Assume ainda o compromisso de disponibilizar (se assim o desejar) o documento final, após a conclusão da investigação.

Agradeço a vossa disponibilidade e colaboração.

Atenciosamente,

Gina Maria Gouveia Páscoa

Declaração de aceitabilidade por parte do(a) Diretor(a)

Apêndice B

Consentimento Informado

Consentimento Informado

Esta investigação insere-se no âmbito de um projeto académico de doutoramento a decorrer no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (ULisboa), conduzido pela Doutoranda Gina Maria Gouveia Páscoa, sob a orientação do Professor Doutor Henrique Manuel Pires Teixeira Gil (Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco) e coorientação da Professora Doutora Paula Campos Pinto (Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa), conducente à elaboração de tese intitulada: “Fatores socioculturais na formação ao longo da vida: um estudo sobre a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação em populações 50+”. A investigação tem como objetivo geral identificar os fatores socioculturais que influenciam e condicionam a opção pela aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação, em populações com 50 e mais anos, e conhecer os impactos desta aprendizagem no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento.

A entrevista dura aproximadamente entre vinte a trinta minutos e com a sua permissão iremos gravar a entrevista para posterior transcrição. Se pretende rever a transcrição da entrevista basta solicitá-lo ao entrevistador.

A sua participação nesta entrevista é voluntária e pode retirar-se da entrevista a qualquer momento, apenas indicando que não pretende continuar a entrevista. Da mesma forma, pode recusar-se a responder a questões que considere sensíveis ou que não se sinta confortável para responder.

A entrevista é anónima e confidencial, não será identificado quando o material for utilizado. Os dados recolhidos são exclusivamente para fins científicos. O termo de consentimento informado será guardado e protegido pela investigadora.

Muito obrigada,

Gina Maria Gouveia Páscoa

Termo de Consentimento Informado

Eu li e compreendi as condições da participação nesta entrevista. Eu voluntariamente aceito participar nesta entrevista.

Nome:

Assinatura:

Data:

Gravação da entrevista:

- ☐ Sim, eu concordo com a gravação da entrevista.
- ☐ Não, eu não concordo com a gravação da entrevista.

Apêndice C

Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC

Introdução

O presente Questionário destina-se a recolher dados sobre os participantes das universidades seniores do distrito de Castelo Branco, enquadrando-se no âmbito de um projeto académico de doutoramento a decorrer no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (ULisboa). Este Questionário pretende recolher as suas experiências e opiniões sobre assuntos relacionados com as TIC (Tecnologias da Informação e da Comunicação), em particular com o computador e Internet. A participação neste Questionário é voluntária e demora aproximadamente 20 minutos. O tratamento estatístico dos dados é absolutamente confidencial e anónimo.

Instruções

Nas questões que se seguem, deve assinalar uma (ou várias) respostas, colocando um círculo (**O**) correspondente à opção que melhor reflete a sua opinião sobre as seguintes afirmações. Se, eventualmente, se enganar a assinalar a sua resposta, risque essa resposta e marque a que pretende.

Caso não possua informação suficiente ou não pretenda responder a algumas das questões, assinale a sua resposta na coluna Não sabe/Não responde.

I. Aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet

1. Dos fatores abaixo indicados quais são aqueles que poderão explicar a sua escolha pela aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet. (Assinale com um círculo (**O**) a opção ou opções pretendidas)

- | | |
|--|--|
| 1. Por curiosidade | 13. Para me sentir incluído digitalmente |
| 2. Para conviver | 14. Para acompanhar os mais novos |
| 3. Para atualizar conhecimentos | 15. Outra Razão. Indique qual _____ |
| 4. Para usar mais e melhor o
computador que tenho em casa | 16. Não sabe/Não responde |
| 5. Para ocupar o meu tempo | |
| 6. Por necessidade | |
| 7. Para comunicar | |
| 8. Para estar ativo intelectualmente | |
| 9. Por lazer | |
| 10. Para utilizar serviços disponíveis na
Internet (ex. compras, bancos,
finanças) | |
| 11. Para me sentir mais autónomo com
o computador | |
| 12. Para procurar e experimentar novas
tecnologias | |

2. Na sua opinião, quais são os principais interesses ou aspetos positivos que o levam a aprender Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet.

(Assinale com um círculo (O) a opção ou opções pretendidas)

- | | |
|--|---|
| 1. Escrever textos | 6. Ler jornais/revistas e outras fontes de informação |
| 2. Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) | 7. Pesquisar informações sobre saúde |
| 3. Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens | 8. Usar sites da Administração Pública |
| 4. Usar o Skype para falar com outras pessoas | 9. Utilizar redes sociais (Facebook/ Twitter) |
| 5. Usar os motores de busca (ex. Google) para pesquisa na Internet | 10. Outro. Indique qual _____ |
| | 11. Não sabe/Não responde |

3. Diga quais são as principais dificuldades ou obstáculos que encontra na aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet.

(Assinale com um círculo (O) a opção ou opções pretendidas)

- | | |
|--|--|
| 1. O número de aulas por semana é muito pouco | 7. Falta-me conhecimentos anteriores em TIC |
| 2. Tenho dificuldades em ler no monitor do computador | 8. Falta de um local para poder praticar após a aula |
| 3. Tenho dificuldades em usar o rato do computador | 9. Falta de tempo disponível para praticar |
| 4. Tenho dificuldades com o teclado do computador | 10. Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC |
| 5. Tenho dificuldades nos programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) | 11. Não consigo acompanhar o resto da turma |
| 6. Falta-me habilitações escolares | 12. Outra. Indique qual _____ |
| | 13. Não sabe/Não responde |

4. Que gostava de aprender, ainda, em matéria de computadores? (Só uma resposta)

1. Não preciso de aprender mais nada, apenas quero consolidar conhecimentos
2. Gostava de aprender: _____
3. Não sabe/Não responde

II. Utilização das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet

5. Onde é que normalmente utiliza o computador? (Sem limite de resposta)

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1. Casa própria | 7. Associação recreativa/cultural/desportiva |
| 2. Casa de amigos | 8. Escola |
| 3. Casa de familiares (filhos/netos) | 9. Locais públicos com Internet |
| 4. Universidade Sénior | 10. Outro. Qual? _____ |
| 5. Junta de Freguesia | 11. Não sabe/Não responde |
| 6. Centro de Dia | |

6. Com que frequência é que utiliza o computador? (Só uma resposta)

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 1. Diariamente | 5. Uma vez por mês |
| 2. Duas a três vezes por semana | 6. Outro. Qual? _____ |
| 3. Uma vez por semana | 7. Não sabe/Não responde |
| 4. Duas a três vezes por mês | |

7. Nessa utilização quanto tempo passa em média no computador? (Só uma resposta)

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| 1. Menos de 1 hora | 4. Mais de 5 horas |
| 2. 1-2 horas | 5. Nunca ou quase nunca |
| 3. 3-4 horas | 6. Não sabe/Não responde |

8. Para que é que utiliza o computador? (Sem limite de resposta)

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| 1. Para escrever textos | 6. Ver filmes |
| 2. Para aceder à Internet | 7. Enviar/receber emails |
| 3. Para digitalizar fotos | 8. Outro. Qual? _____ |
| 4. Para jogar | 9. Não sabe/Não responde |
| 5. Para ouvir música | |

9. Com que frequência é que acede à Internet? (Só uma resposta)

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 1. Diariamente | 5. Uma vez por mês |
| 2. Duas a três vezes por semana | 6. Outro. Qual? _____ |
| 3. Uma vez por semana | 7. Não sabe/Não responde |
| 4. Duas a três vezes por mês | |

10. Nessa utilização quanto tempo passa em média na Internet? (Só uma resposta)

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| 1. Menos de 1 hora | 4. Mais de 5 horas |
| 2. 1-2 horas | 5. Nunca ou quase nunca |
| 3. 3-4 horas | 6. Não sabe/Não responde |

11. Para que é que utiliza a Internet? (Sem limite de resposta)

- | | |
|---|---|
| 1. Para procurar informação | 8. Relações com a Administração Pública |
| 2. Enviar emails | 9. Tratamento de documentos (impostos, certidões, etc.) |
| 3. Para falar com familiares e amigos | 10. Pesquisa de informações sobre saúde |
| 4. Como forma de ocupação dos tempos livres | 11. Utilizar o Facebook ou outra rede social |
| 5. Para efetuar pagamentos | 12. Outro. Quais? _____ |
| 6. Para compras | 13. Não sabe/Não responde |
| 7. Relações com o Banco | |

12. Indique, por favor, a quem é que normalmente envia emails? (Sem limite de resposta)

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Familiares | 5. Colegas da universidade sénior |
| 2. Amigos | 6. Outro. Qual? _____ |
| 3. Cônjuge/companheiro/namorado | 7. Não envia |
| 4. Colegas de trabalho | 8. Não sabe/Não responde |

13. Na sua opinião a Internet tem algum perigo?

1. Sim (passar para a pergunta seguinte)
2. Não (passar para a pergunta 15)
3. Não sabe/Não responde (passar para a pergunta 15)

14. Quais são, na sua opinião, os perigos ou desvantagens da Internet? (Sem limite de resposta)

- | | |
|--|---|
| 1. Roubos | 6. Estímulo à violência |
| 2. Fraude | 7. Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais |
| 3. Expor as crianças a conteúdos indesejados | 8. Leva ao afastamento familiar |
| 4. Criação de dependência/ vício | 9. Outro. Quais? _____ |
| 5. Invasão de privacidade | 10. Não sabe/Não responde |

III. Representações do Envelhecimento

15. Como encara o seu próprio Envelhecimento? (Só uma Resposta)

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. Com preocupação | 4. Outro. Qual? _____ |
| 2. Com otimismo | 5. Não sabe/Não responde |
| 3. Com naturalidade | |

16. Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral? (Só uma resposta)

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. Muito Satisfeito | 4. Nada Satisfeito |
| 2. Satisfeito | 5. Não sabe/Não responde |
| 3. Pouco Satisfeito | |

17. Das afirmações abaixo, relacionadas com o impacto da aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet ao longo do processo de envelhecimento, indique por favor 5 afirmações que considera mais importantes:

(Assinale com um círculo (O) a opção ou opções pretendidas)

1. A aprendizagem das TIC estimula a memória.
2. A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais.
3. A aprendizagem das TIC promove o exercício da cidadania.
4. A aprendizagem das TIC promove a comunicação.
5. A aprendizagem das TIC promove a inclusão social.
6. A aprendizagem das TIC melhora as relações entre familiares (filhos/netos).
7. A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão.
8. A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir o isolamento.
9. A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo.
10. A aprendizagem das TIC aumenta a autoestima.
11. A aprendizagem das TIC aumenta a autonomia.
12. A aprendizagem das TIC aumenta o sentimento de modernidade.
13. A aprendizagem das TIC promove o bem-estar.
14. A aprendizagem das TIC promove condições para melhorar a formação ao longo da vida.
15. Outra. Indique qual? _____
16. Não sabe/Não responde

IV. Caracterização Geral

18. Idade: _____ anos

19. Género

- 1. Feminino
- 2. Masculino

20. Estado civil

- 1. Solteiro(a)
- 2. Casado(a)/União de facto
- 3. Divorciado(a)/Separado(a)
- 4. Viúvo(a)

21. Qual a constituição do seu agregado familiar/quem vive consigo?

- 1. Vive só
- 2. Vive com o cônjuge
- 3. Vive com o cônjuge e com filho(s)
- 4. Vive com irmão(s)
- 5. Vive com filho(s)
- 6. Vive com filho(s) e com neto(s)
- 7. Vive com neto(s)
- 8. Outra situação. Qual? _____

22. Habilitações Literárias

- 1. Não sabe ler/escrever
- 2. Instrução primária incompleta
- 3. Instrução primária
- 4. Antigo 5ºano, curso comercial, industrial ou equivalente
- 5. Ensino secundário ou equivalente
- 6. Curso Superior incompleto
- 7. Curso Superior completo
- 8. Mestrado
- 9. Doutoramento

23. Indique, por favor, qual a sua situação atual?

- 1. Reformado e trabalha
- 2. Reformado
- 3. Trabalha
- 4. Desempregado
- 5. Outra situação. Qual? _____

24. Indique, por favor, qual é/ou era a sua profissão _____

25. Valor aproximado do rendimento do agregado familiar

- 1. Menos de 500 euros
- 2. Entre 500 e 750 euros
- 3. Entre 750 e 1000 euros
- 4. Entre 1000 e 1500 euros
- 5. Entre 1500 e 2000 euros
- 6. Mais de 2000 euros
- 7. Não sabe/Não responde

26. Freguesia de residência _____

Comentários Gerais:

Muito Obrigada pela sua Colaboração.

Apêndice D

Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC

Introdução

O presente Questionário destina-se a recolher dados sobre os participantes das universidades seniores do distrito de Castelo Branco, enquadrando-se no âmbito de um projeto académico de doutoramento a decorrer no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) da Universidade de Lisboa (ULisboa). Este Questionário pretende recolher as suas experiências e opiniões sobre assuntos relacionados com as TIC (Tecnologias da Informação e da Comunicação), em particular com o computador e Internet. A participação neste Questionário é voluntária e demora aproximadamente 20 minutos. O tratamento estatístico dos dados é absolutamente confidencial e anónimo.

Instruções

Nas questões que se seguem, deve assinalar uma (ou várias) respostas, colocando um círculo (**O**) correspondente à opção que melhor reflete a sua opinião sobre as seguintes afirmações. Se, eventualmente, se enganar a assinalar a sua resposta, risque essa resposta e marque a que pretende.

Caso não possua informação suficiente ou não pretenda responder a algumas das questões, assinale a sua resposta na coluna Não sabe/Não responde.

I. Aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): Computador e Internet

1. Dos fatores abaixo indicados quais são aqueles que poderão explicar a não aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet.

(Assinale com um círculo (**O**) a opção ou opções pretendidas)

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| 1. É muito difícil | 6. Por motivos de saúde |
| 2. Não tenho interesse | 7. Já não tenho idade |
| 3. Não tenho computador | 8. Outro. Qual? _____ |
| 4. Muito caro | 9. Não sabe/Não responde |
| 5. Não tenho habilitações escolares | |

2. Gostava de aprender Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC)?

(Só uma resposta)

Computador:

1. Não necessita
2. Sim
3. Nunca pensou nisso
4. Não sabe/Não responde

Internet:

1. Não necessita
2. Sim
3. Nunca pensou nisso
4. Não sabe/Não responde

3. Na sua opinião, a aprendizagem das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet é: (Só uma resposta)

1. Positiva
2. Negativa
3. Não sabe/Não responde

4. Se utilizasse o computador, em que local gostaria de o utilizar? (Sem limite de resposta)

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1. Casa própria | 7. Associação recreativa/cultural/desportiva |
| 2. Casa de amigos | 8. Escola |
| 3. Casa de familiares (filhos/netos) | 9. Locais públicos com Internet |
| 4. Universidade Sénior | 10. Outro. Qual? _____ |
| 5. Junta de Freguesia | 11. Não sabe/Não responde |
| 6. Centro de Dia | |

5. Se utilizasse o computador, para que finalidade o utilizava? (Sem limite de resposta)

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| 1. Para escrever textos | 6. Ver filmes |
| 2. Para aceder à Internet | 7. Enviar/receber emails |
| 3. Para digitalizar fotos | 8. Outro. Qual? _____ |
| 4. Para jogar | 9. Não sabe/Não responde |
| 5. Para ouvir música | |

6. Se utilizasse a Internet, para que finalidade a utilizava? (Sem limite de resposta)

- | | |
|---|---|
| 1. Para procurar informação | 8. Relações com a Administração Pública |
| 2. Enviar emails | 9. Tratamento de documentos (impostos, certidões, etc.) |
| 3. Para falar com familiares e amigos | 10. Pesquisar informações sobre saúde |
| 4. Como forma de ocupação dos tempos livres | 11. Utilizar o Facebook ou outra rede social |
| 5. Para efetuar pagamentos | 12. Outro. Quais? _____ |
| 6. Para compras | 13. Não sabe/Não responde |
| 7. Relações com o Banco | |

7. Na sua opinião a Internet tem algum perigo?

1. Sim (passar para a pergunta seguinte)
2. Não (passar para a pergunta 9)
3. Não sabe/Não responde (passar para a pergunta 9)

8. Quais são, na sua opinião, os perigos da Internet?

(Sem limite de resposta)

- | | |
|--|---|
| 1. Roubos | 6. Estímulo à violência |
| 2. Fraude | 7. Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais |
| 3. Expor as crianças a conteúdos indesejados | 8. Leva ao afastamento familiar |
| 4. Criação de dependência/ vício | 9. Outro. Quais? _____ |
| 5. Invasão de privacidade | 10. Não sabe/Não responde |

II. Representações do Envelhecimento

9. Como encara o seu próprio Envelhecimento? (Só uma Resposta)

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. Com preocupação | 4. Outro. Qual? _____ |
| 2. Com otimismo | 5. Não sabe/Não responde |
| 3. Com naturalidade | |

10. Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral? (Só uma resposta)

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. Muito Satisfeito | 4. Nada Satisfeito |
| 2. Satisfeito | 5. Não sabe/Não responde |
| 3. Pouco Satisfeito | |

11. Sente que os seniores são tratados de forma diferente se não tiverem conhecimentos no âmbito das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC): computador e Internet? (Só uma Resposta)

1. Sim
2. Não
3. Não sabe/Não responde

12. Se respondeu «sim» e tendo em consideração as seguintes expressões, indique por favor, 3 opções que se enquadram mais no seu perfil ou forma de estar face às TIC. (Assinale com um círculo (O) a opção ou opções pretendidas)

1. "As TIC só são úteis aos jovens."
2. "Sempre vivi sem TIC."
3. "Faço a minha vida sem TIC."
4. "Burro velho não aprende novas línguas."
5. "Os seniores são conservadores e incapazes de mudar."
6. "Os seniores não aprendem, são desatentos, não prestam atenção a nada."
7. "Os seniores não têm futuro, já deram o que tinham a dar."
8. Outro. Indique qual? _____
9. Não sabe/Não responde _____

13. Das afirmações abaixo, relacionadas com o potencial impacto da aprendizagem das Tecnologias da informação e da comunicação (TIC): computador e Internet ao longo do processo de envelhecimento, indique por favor, 5 afirmações que considera mais importantes:

(Assinale com um círculo (O) a opção ou opções pretendidas)

1. A aprendizagem das TIC estimula a memória.
2. A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais.
3. A aprendizagem das TIC promove o exercício da cidadania.
4. A aprendizagem das TIC promove a comunicação.
5. A aprendizagem das TIC promove a inclusão social.
6. A aprendizagem das TIC melhora as relações entre familiares (filhos e netos).
7. A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão.
8. A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir o isolamento.
9. A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo.
10. A aprendizagem das TIC aumenta a autoestima.
11. A aprendizagem das TIC aumenta a autonomia.
12. A aprendizagem das TIC aumenta o sentimento de modernidade.
13. A aprendizagem das TIC promove o bem-estar.
14. A aprendizagem das TIC promove condições para melhorar a formação ao longo da vida.
15. Outra. Indique qual? _____
16. Não sabe/Não responde

III. Caracterização Geral

14. Idade: _____ anos

15. Género

- 1. Feminino
- 2. Masculino

16. Estado civil

- 1. Solteiro(a)
- 2. Casado(a)/União de facto
- 3. Divorciado(a)/Separado(a)
- 4. Viúvo(a)

17. Qual a constituição do seu agregado familiar/quem vive consigo?

- 1. Vive só
- 2. Vive com o cônjuge
- 3. Vive com o cônjuge e com filho(s)
- 4. Vive com irmão(s)
- 5. Vive com filho(s)
- 6. Vive com filho(s) e com neto(s)
- 7. Vive com neto(s)
- 8. Outra situação. Qual? _____

18. Habilitações Literárias

- 1. Não sabe ler/escrever
- 2. Instrução primária incompleta
- 3. Instrução primária
- 4. Antigo 5ºano, curso comercial, industrial ou equivalente
- 5. Ensino secundário ou equivalente
- 6. Curso Superior incompleto
- 7. Curso Superior completo
- 8. Mestrado
- 9. Doutoramento

19. Indique, por favor, qual a sua situação atual?

- 1. Reformado e trabalha
- 2. Reformado
- 3. Trabalha
- 4. Desempregado
- 5. Outra situação. Qual? _____

20. Indique, por favor, qual é/ou era a sua profissão _____

21. Valor aproximado do rendimento do agregado familiar

- 1. Menos de 500 euros
- 2. Entre 500 e 750 euros
- 3. Entre 750 e 1000 euros
- 4. Entre 1000 e 1500 euros
- 5. Entre 1500 e 2000 euros
- 6. Mais de 2000 euros
- 7. Não sabe/Não respon

22. Freguesia de residência _____

Comentários Gerais:

Muito Obrigada pela sua Colaboração.

Apêndice E

Guião de entrevista aos Diretores das Universidades Seniores

Guião de entrevista aos Diretores das Universidades Seniores

Bloco Temático	Objetivos	Questões
I. Legitimação e Motivação	<ul style="list-style-type: none"> • Legitimar a entrevista • Motivar o entrevistado • Esclarecer o entrevistado acerca dos objetivos da investigação • Assegurar a confidencialidade dos dados • Requerer a autorização para registo áudio da entrevista 	
II. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes 	<p>1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?</p> <p>2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?</p>
III. TIC e Seniores	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer a importância das TIC para a população idosa • Conhecer a importância das TIC na formação ao longo da vida • Compreender a relevância das TIC em relação às outras disciplinas 	<p>3. Qual a importância das TIC para a população idosa?</p> <p>4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?</p> <p>5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta universidade?</p>
IV. Impactos da aprendizagem da TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar mental e Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento 	<p>6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?</p> <p>7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?</p>
V. Políticas Sociais para a inclusão digital	<ul style="list-style-type: none"> • Recolher indicadores sobre as intervenções necessárias para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa 	<p>8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?</p>
VI. Políticas Sociais para a aprendizagem ao longo da vida	<ul style="list-style-type: none"> • Recolher indicadores sobre as intervenções necessárias para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida 	<p>9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?</p>
VII. Políticas Sociais para a	<ul style="list-style-type: none"> • Recolher indicadores sobre as 	<p>10. No enquadramento das</p>

aprendizagem das TIC	<p>intervenções necessárias para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa</p>	<p>políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?</p>
Complemento		<p>11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?</p>

Apêndice F

Guião de entrevista aos Professores de TIC das Universidades Seniores

Guião de entrevista aos Professores de TIC das Universidades Seniores

Bloco Temático	Objetivos	Questões
I. Legitimação e Motivação	<ul style="list-style-type: none"> • Legitimar a entrevista • Motivar o entrevistado • Esclarecer o entrevistado acerca dos objetivos da investigação • Assegurar confidencialidade dos dados • Requerer a autorização para registo áudio da entrevista 	
II. Caracterização do entrevistado	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar o envolvimento do entrevistado nas Universidades Seniores 	<p>1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?</p> <p>2. Possui alguma formação especializada em adultos?</p>
III. Os Seniores e a formação em TIC	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer a importância das TIC na formação ao longo da vida • Caracterizar a formação que se destina à população idosa 	<p>3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?</p> <p>4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?</p> <p>5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?</p> <p>6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?</p>
IV. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes 	<p>7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?</p> <p>8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?</p>
V. Competências digitais	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer as competências digitais dos participantes e sua aplicabilidade no quotidiano 	<p>9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?</p>
VI. Impactos da aprendizagem da TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar mental e no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento 	<p>10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?</p> <p>11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?</p>
VII. Sugestão de alterações na	<ul style="list-style-type: none"> • Sugerir alterações para 	<p>12. Sugira que alterações se</p>

formação em TIC para seniores	melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC	deviam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.
Complemento		13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Apêndice G

Guião de entrevista aos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

Guião de entrevista aos participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

Bloco Temático	Objetivos	Questões
I. Legitimação e Motivação	<ul style="list-style-type: none"> • Legitimar a entrevista • Motivar o entrevistado • Esclarecer o entrevistado acerca dos objetivos da investigação • Assegurar a confidencialidade dos dados • Requerer a autorização para registo áudio da entrevista 	
II. Caracterização do entrevistado	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar o envolvimento do entrevistado nas Universidades Seniores 	<p>1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?</p> <p>2. Quais os conteúdos que aprendeu?</p>
III. Fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes 	<p>3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?</p>
IV. TIC e formação	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer a importância das TIC na formação ao longo da vida 	<p>4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?</p> <p>5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?</p>
V. Competências digitais	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer as competências digitais que os participantes obtiveram durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano 	<p>6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?</p> <p>7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?</p>
VI. Impactos da aprendizagem da TIC no bem-estar ao longo do processo de envelhecimento	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar os impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar mental e no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento 	<p>8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?</p> <p>9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?</p>
Complemento		<p>10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?</p>

Apêndice H

Transcrição das entrevistas dos Diretores das Universidades Seniores

ENTREVISTA D1

Data da entrevista: 2014-01-11

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 12h00

Hora de fim: 12h30

Duração: 30 minutos

1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Os fatores sociais são essencialmente para utilizar o computador e Internet com mais facilidade, utilizar os meios que lhes permitem falar com os netos, comunicar à distância, para aproveitar as potencialidades que a Internet tem. Muitos seniores nesta área não têm conhecimentos anteriores e são praticamente analfabetos, pois não estão formatados para isso. Enquanto hoje, os jovens começam muito cedo a lidar com as novas tecnologias; os seniores em alguns casos só no final da sua vida ativa é que começaram a utilizar estes meios e aperceberem-se que também existia este mundo e perceberam que também era importante que se fossem atualizando para poderem dialogar digitalmente com os mais novos.

2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Existem dois tipos de pessoas que aprendem as TIC, os que não têm nenhum conhecimento de informática, frequentam esta disciplina para terem ainda alguma utilidade naquilo que ainda fazem, alguns ainda estão ligados a profissões que ainda lhes interessa terem essa componente formativa. Outros de facto não tendo já necessidade na sua vida profissional, querem aprender TIC para se sentirem preparados para o dia a dia.

3. Qual a importância das TIC para a população idosa?

As TIC dão a esta população o acesso a este mundo novo e toda a população está constantemente a ser solicitada para isso. Para comunicar através da troca de *emails* e para utilizar redes sociais. Atualmente a comunicação faz-se no meio digital, desde as campanhas eleitorais, à publicidade, está tudo *online*. A informação, os jornais, as agências de comunicações, hoje em dia está tudo no mundo virtual e qualquer pessoa tem acesso a estes meios. As pessoas cada vez mais desligam a televisão e utilizam mais os computadores e Internet... (pausa) utilizam os *smartphones* com acesso à Internet. Os seniores estão incluídos nestas mudanças.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Haverá pessoas que estarão mais interessadas em aprender ao longo da vida, outros utilizarão os mesmos meios para se divertir, para usar estas ferramentas do ponto de vista lúdico, já depende de cada um.

5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta Universidade Sénior?

Não é só para ocupar o tempo como na maioria das outras disciplinas, mas é para ter uma utilidade prática. As TIC não estão muito dependentes das outras disciplinas. Os seniores que procuram aprender TIC é para se sentirem mais realizados nesta área, para poderem comunicar, para puderem intervir nas atividades do quotidiano.

6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

No bem-estar mental qualquer aprendizagem é sempre importante para continuar a exercitar a memória como era solicitada por uma vivência mais jovem, deste modo com a aprendizagem das TIC sem dúvida que o bem-estar mental sai beneficiado.

7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Os seniores têm mais facilidade em participar na sociedade, não se sentem tão excluídos das novas tecnologias, mas sim incluídos e encaram a aprendizagem das TIC de forma positiva.

8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?

Mas além da universidade sénior nós temos na cidade outros equipamentos equipados de computadores abertos à comunidade, tais como o Cybercentro, onde qualquer pessoa jovem ou menos jovem tem acesso à Internet. A própria Biblioteca Municipal tem computadores que podem ser utilizados gratuitamente. Houve um grande investimento por parte da Câmara e a própria universidade sénior foi criada pela Câmara Municipal. Existe uma série de estruturas na cidade que permitem o acesso de qualquer pessoa às TIC.

9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?

A aprendizagem ao longo da vida deve ser uma preocupação constante por parte das pessoas, mas também das instituições que poderão fomentar essa aprendizagem. Porque isso é à partida uma garantia que haverá um envelhecimento ativo, e é essa uma das preocupações desta universidade sénior. Procuramos manter as pessoas ocupadas não só com a questão das TIC, mas mante-las ocupadas, interessadas, motivadas, para de facto o envelhecimento seja um processo natural e que aconteça o mais tardiamente possível. Por um lado promover as capacidades intelectuais e também as capacidades físicas, através da ginástica, da hidroginástica e da dança. Em resumo, é importante promover o bem-estar físico e mental, isto é, melhorar a qualidade de vida para a população sénior que traz um ganho para a sociedade em geral e tem menos custos, porque assim esta população recorre menos aos serviços de saúde. Nós temos um distrito bastante envelhecido e temos que ter preocupação com esta faixa etária.

10. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?

Eu penso que atualmente mesmo aqueles seniores que não frequentam as aulas de TIC, a grande maioria tem ligações ao mundo digital, a alguém que tem computador e de uma maneira ou de outra, se vão interessando. Embora se deva procurar que a nossa cidade e sociedade, seja inclusiva nos mais variados aspetos, desde o aspeto do urbanismo, até ao aspeto intergeracional, porque a aprendizagem dos mais velhos faz-se à custa dos mais novos. A existência da intergeracionalidade é fundamental para termos um desenvolvimento agradável da sociedade. Os saltos tecnológicos são tão grandes e feitos num processo crescente quase constante, mas nós temos ainda muito trabalho por fazer, embora mesmo aquelas pessoas sem grandes habilitações académicas andem nas redes sociais e convivem com alguma facilidade nestes meios tecnológicos. Mas em alguns casos, em especial no mundo rural, não é fácil conviver com as TIC, pois a maioria das pessoas são analfabetas, não sabem ler nem escrever. Nestes casos é importante haver dinâmicas locais para despertarem a população mais velha para as questões das TIC, mas por vezes é muito difícil.

11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não, penso que já está tudo dito.

ENTREVISTA D2

Data da entrevista: 2014-01-20

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 15h00

Hora de fim: 15h20

Duração: 20 minutos

1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

O principal fator social é para comunicar e também para acompanhar os mais novos em especial os netos. Para adquirirem conhecimento nesta área e para estarem mais familiarizados com esta nova linguagem das novas tecnologias, uma vez que agora os netos só falam em *bytes* e os mais velhos não querem ficar excluídos das conversas. Para se aproximarem dos filhos e dos netos.

2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um fator cultural é a curiosidade, o facto de gostarem de aprender coisas novas, as pessoas que vêm para aqui estão motivadas para aprender e também para atualizar conhecimentos, visto que não era um conhecimento que eles tinham aprendido nem no seu trabalho, nem na sua aprendizagem; na sua escolaridade não havia isso, portanto é uma atração por uma novidade. Em termos culturais o perfil das pessoas que procura esta aprendizagem das TIC é variado, há pessoas que só têm a quarta classe e que querem realmente aprender a comunicar com os netos que estão no estrangeiro e essas pessoas não são pessoas de grande utilização das grandes possibilidades que a Internet pode dar. Simplesmente aprendem aquele caminho e isso as satisfaz. Depois aparece o outro tipo de pessoas com mais preparação, um licenciado, um professor aposentado, esse já procura informação, já sabe como ir à Internet para tirar uma dúvida, já comunica perfeitamente através de *email*. Eu tenho conhecimento de pessoas com muito pouca habilitação e de outro estrato social e estão muito contentes em saber ir à Internet e comunicar com os netos, mas tirando isso, não se utilizam mais do computador.

3. Qual a importância das TIC para a população idosa?

É um meio de entretenimento em especial para quem tem pouca mobilidade, é também uma fonte de conhecimento e de tirar dúvidas, pois antes consultávamos o dicionário e as enciclopédias, agora vamos à Internet tirar dúvidas ao Google e pesquisamos informação. As pessoas aprendem esse caminho, e é um caminho muito rápido.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

É muito importante, as pessoas estão entusiasmadas a aprender, nomeadamente aqueles que estão na casa dos sessenta anos têm uma apetência em fazer álbuns, resenhas históricas, e mais vontade de estar ao computador. Eu tenho a impressão que veio tirar algumas pessoas da televisão, pois a televisão agora tem uns programas muito fracos, as pessoas sentem-se mais atraídas por ver um filme no computador. Para mim as pessoas que vivem em família, isso pode fazer uma barreira, pois enquanto a televisão se vê em grupo, o filme do computador é só para um. Os seniores encaram a formação ao longo da vida de forma positiva.

5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta Universidade Sénior?

Onde as TIC entram mais é com a história de arte, pois são utilizados os meios digitais como estratégias pedagógicas para melhorar o ensino das disciplinas.

6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Ao nível mental é muito positivo em especial para a memória pois as pessoas exercitam melhor as suas aptidões mentais.

7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

As pessoas encaram as TIC como uma ajuda para viver melhor ao nível social, não se sentem excluídos, sentem-se participantes e ativas do seu tempo. O facto de estarem atualizados da política, das notícias do dia a dia, isto faz parte de um todo. A pessoa sente essa atração e também tem que ter essa informação informática porque ela faz parte do quotidiano de agora.

8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?

Nós na nossa cidade temos uma associação designada “Espaço das Idades”, onde as pessoas podem aprender TIC, nas Bibliotecas também existem computadores que podem ser utilizados. Mas eu sugeria a existência de um formador ou alguém que estivesse nestes espaços a acompanhar aqueles que quisessem aprender TIC para esclarecer dúvidas e ensinar os primeiros passos. Nas Juntas de Freguesia também existe a divulgação das TIC e muitas delas fazem cursos de informática para a população em geral.

9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?

Nem toda a gente está sensibilizada para esta aprendizagem contínua, pois se houvesse essa atração por aprender, nós tínhamos nesta academia quinhentas pessoas que se inscreviam porque gostavam de aprender mais isto ou mais aquilo, e não temos. As pessoas deixam-se ficar, estão muito acomodadas, ficam no cadeirão a ver televisão, outros dormem até ao meio dia. Nós não temos uma atividade estreita, nós fazemos passeios. Uma vez por mês vamos ao teatro, vamos a um concerto, vamos ver museus, fazemos quatro festas por ano. A socialização também é uma das nossas batalhas, é necessário que as pessoas participem e convivam umas com as outras. É necessário mudar mentalidades e nós somos pioneiros nisso e também somos pioneiros na idade avançada. As pessoas aposentam-se aos sessenta anos e ainda podem ter mais vinte anos de vida com qualidade, e o que mais me afronta é o que é que essas pessoas fazem durante esses vinte anos. Mas a sociedade civil não está sensibilizada para a formação ao longo da vida, há pessoas que ficam todo o dia de pijama, porquê? Quando podem usufruir de um convívio salutar para todos, em especial nestas idades avançadas. Depois surgem novas amizades, pois os laços que uniam as pessoas durante a idade ativa perderam-se.

10. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?

Está tudo no início, há pessoas que ainda estão muito longe destas tecnologias, mostram muita apatia em relação a isto. Mas eu acho que estas pessoas que entram agora na reforma vem melhor preparadas para aprender as TIC, pois já utilizavam o computador nos seus trabalhos, embora fosse uma situação muito direcionada para um programa específico, sem outra largueza. Mas as academias seniores têm feito um bom trabalho no ensino e atualização de conhecimento das TIC e também na divulgação das suas respetivas potencialidades. Nestas academias seniores quase todos têm informática.

11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Nós na academia procuramos desenvolver as atividades que dão socialização, que dão divertimento, aprender ao longo da vida onde se insere a aprendizagem das TIC. Portanto desde o início deste projeto nós sempre tivemos aulas de TIC ou do primeiro nível ou do segundo nível. Existem pessoas que desde o princípio frequentam as TIC, pois há sempre coisas a aprender e vêm com dúvidas para aqui, para os professores puderem esclarecer. A própria comunicação através destes meios tecnológicos gera também amizades, porque o facto de estarem a comunicar incluem-se também as suas afinidades. Só é pena que existe muita gente que está em casa no cadeirão a gozar uma reforma e não sei se isso é gozar, pois a academia também promove atividades para o bem-estar físico.

ENTREVISTA D3

Data da entrevista: 2014-01-24

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 10h00

Hora de fim: 10h20

Duração: 20 minutos

1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

É sobretudo para comunicar e alguns seniores já têm alguns conhecimentos e procuram as TIC para atualizar conhecimentos. Alguns seniores vivem isolados e é uma forma de estarem em contacto com outras pessoas através da Internet nomeadamente através das redes sociais em especial o Facebook ou então para comunicar com netos e filhos que vivem no estrangeiro, é uma forma de chegarem mais perto. Por outro lado esta aprendizagem, trabalhar no Word, facilidades em escrever um texto, outras pessoas procuram informações variadas através da Internet. As domésticas gostam muito de procurar novas receitas, os homens gostam muito de pesquisar informações acerca de futebol. Basicamente são estes os fatores sociais.

2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Nós na academia sénior temos vários níveis, e quando constituímos as turmas fazemos um levantamento de acordo com a formação que têm, aqueles que não têm nenhum conhecimento vão para uma fase de iniciação os outros com mais conhecimentos vão para uma fase mais avançada. Quem procura esta academia sénior é um público muito diversificado, temos pessoas com poucas habilitações e outras com muitas habilitações e nós procuramos dar resposta a todas. Eu acho que todos gostam de ter contacto com estas tecnologias, gostam de experimentar, explorar, descobrir...(pausa) algumas inicialmente com muito medo até de ligar o computador numa fase inicial, pois são pessoas que nunca tiveram nenhum contacto com estes equipamentos, mas há outros que efetivamente já usaram durante a sua atividade profissional.

3. Qual a importância das TIC para a população idosa?

Essencialmente para a comunicação, para adquirirem novos conhecimentos, e alguns seniores até referem que procuram saber mais para darem apoio aos netos nos estudos.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

É fundamental, isto é quase como um jogo, quando começamos a jogar é aliciante, vamos aprendendo novas coisas, vamos aumentando os níveis, e vamos querer sempre mais.

5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta Universidade Sénior?

É uma disciplina muito mais atrativa porque podemos explorar informação do nosso interesse orientado pelo Professor e também é uma ajuda nos trabalhos das outras disciplinas. Neste contexto da academia sénior as TIC são tão ou mais importantes que outra disciplina existente nesta academia, vê-se pelo número de pessoas que querem participar nestas aulas de informática. Para as pessoas que vivem sozinhas é também uma companhia e ajuda no combate ao isolamento.

6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

É imprescindível os seniores estimularem no dia a dia todas as capacidades pois surgem nesta etapa da vida muitas doenças como Alzheimer ou outras demências e os seniores devem estimular as faculdades mentais diariamente. Um dos objetivos destas disciplinas é fundamentalmente no combate a essas doenças. A memorização, o raciocínio é estimulado e considero que daqui a alguns anos e através de futuros estudos venham surgir resultados positivos e até pode-se fazer um termo de comparação em relação aqueles que não aprendem e não utilizam as TIC. Sabe-se que é fundamental esse estímulo mental esse trabalho contínuo onde as TIC têm uma função imprescindível.

7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Sem dúvida nenhuma que o bem-estar social é reforçado com aprendizagem das TIC, pois o convívio, a socialização que se dá através destas aprendizagens é uma mais-valia. Quando interrompemos as atividades durante o verão muitos seniores sentem-se perdidos, sentem falta desta rotina que criam, de ir diariamente a academia a aprender em concreto TIC promove o bem-estar psicossocial.

8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?

Neste município existem alguns espaços onde as pessoas podem contactar com as TIC, nomeadamente as escolas estão preparadas a acolher pessoas que já saíram da vida ativa, podem fazer essa aprendizagem, através dos antigos Centros de Novas Oportunidades. Existem outros espaços tais com a Biblioteca, a loja “Ponto já”, embora seja mais destinada aos jovens mas as pessoas mais velhas também frequentam esse espaço para utilizar o computador e Internet. Também há associações culturais no concelho e Juntas de Freguesia que promovem e divulgam as TIC, é um interesse que existe quase geral, e generalizado por

parte de todos. Todos entendemos que aprendizagem das tecnologias é uma mais-valia para todos. Claro o que nos falta muitas vezes são os equipamentos, os computadores, o acesso à Internet, porque efetivamente podíamos ter esses espaços em todas as freguesias do concelho e muitas já conseguem ter as aulas de TIC nos próprios espaços. Alguns equipamentos estão obsoletos e até poderia haver a substituição dos próprios computadores. Também seria fundamental a existência de recursos humanos para ajudar no acompanhamento das pessoas mais velhas a integrarem-se melhor nas TIC, pois este mundo tecnológico é algo novo para elas, pois algumas até sentem medo em tocar no aparelho, daí haver essa necessidade de alguém que lhes explique e que os oriente.

9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?

Eu acho que a sociedade civil já começa a estar sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida, pois há universidades seniores por todo o país e foi das melhores respostas que se criaram a nível nacional, não me canso de dizer isto, porque considero isso mesmo e sobretudo como isto funciona, todo feito com professores voluntários, está acessível a qualquer pessoa e acho que esta é uma das melhores resposta que foram criadas.

10. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?

Eu penso que a sociedade civil está sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC para a população sénior, mas por vezes o que acontece é que os próprios seniores não querem investir o seu tempo neste tipo de formação, acomodam-se e têm receio em não conseguir aprender as TIC, nomeadamente a utilizar o computador e a Internet.

11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Eu penso que estas academias e universidades seniores deviam ter mais apoio de Estado, a RUTIS tem feito algum trabalho nesse sentido para ser mais valorizada por parte do Estado e que não existe qualquer tipo de apoio às universidades seniores. O apoio é ao nível local, ao nível dos municípios. O Estado ainda não reconheceu o trabalho que está a ser feito nestas estruturas. Eu tenho quase a certeza que as pessoas que frequentam estas estruturas vão adiar a sua entrada num lar de 3ª Idade, e isso já está acontecer, nós temos seniores com 80 e mais anos e sentem-se muito bem a frequentar a nossa academia sénior. Estamos todos a fazer um trabalho extraordinário ao nível do envelhecimento ativo, da aprendizagem ao longo da vida e do bem-estar dos seniores.

ENTREVISTA D4

Data da entrevista: 2014-02-25

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 15h00

Hora de fim: 15h30

Duração: 30 minutos

1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

O primeiro fator é o contacto com os filhos que estão fora, acho que o primeiro é o interesse social é pelos Facebooks, Twitteres, Skypes e por toda aquela imensidão que permita aceder à imagem, ao som, ao afeto dos filhos e netos que estão fora, penso que esse é o primeiro passo. Mas provavelmente existe muitos seniores que é por curiosidade e a necessidade de se sentirem atualizados. Nesta academia temos uma grande percentagem de professores aposentados e eles têm esta necessidade de continuar atuais, porque hoje em dia sentem-se como que se não soubessem ler se não souberem trabalhar com as TIC.

2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

A maioria dos alunos da nossa academia que aprendem TIC são pessoas com algumas habilitações literárias, com Bacharelatos, pessoas que estão abertas para o conhecimento, não invalida com isto, que existam vários alunos que tenham habilitações mais baixas. De um modo geral temos um público diversificado. Uma coisa é certa, independentemente disto, o grande motor é a curiosidade em saber como comunicar com os filhos e netos que estão no estrangeiro ou outras localidades nacionais, através destes meios digitais.

3. Qual a importância das TIC para a população idosa?

A importância das TIC é extraordinariamente benéfica para a população sénior porque os motiva, sentem-se integrados e o seu estímulo cognitivo mantém-se estimulado e sentem-se lúcidos. A parte mental está desenvolvida de tal modo que eles conseguem controlar melhor a parte física e a atividade deles. Aliás os nossos seniores são extremamente ativos, com sessenta, setenta ou mais anos, mas todos eles têm um dinamismo incrível.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

A aprendizagem das TIC dá ferramentas para a promoção da alfabetização, da literacia informática, em que os seniores continuam a sentir-se como qualquer outra pessoa de qualquer idade e não se sentem excluídos, no fundo os seniores sentem-se mais incluídos na sociedade atual. Ao falarem com os netos sobre a linguagem digital permite que os seniores se sintam mais incluídos na própria família. Os seniores têm muito orgulho em mostrar aos outros que aprendem TIC, sendo esta uma mais-valia na sua formação ao longo da vida.

5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta Universidade Sénior?

O que interessa aqui é ter uma oferta tão variada de disciplinas que vá ao encontro dos interesses, necessidades, curiosidades e ambições de cada sénior. Na nossa academia a disciplina de TIC e Ginástica são as disciplinas mais frequentadas.

6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Os impactos no bem-estar mental são positivos, sem dúvida nenhuma, as pessoas deixam de envelhecer, independentemente das rugas. Eu penso que quanto mais ativos os seniores tiverem intelectualmente mais vitalidade o corpo físico consegue ter. E no caso particular dos seniores que frequentam as TIC nota-se bastante energia e estão sempre motivados a participar em qualquer atividade nomeadamente em atividades que possam exigir esforço intelectual.

7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Os impactos no bem-estar social também são positivos, pois nota-se que as pessoas se levantam todos os dias de manhã com um objetivo de participar, de socializar, de interagir com alguém, com o seu grupo ou com outro, de aprender algo de novo, nomeadamente TIC, de estarem ativas. Nota-se por parte dos seniores uma jovialidade, alegria e animação, uma enorme vontade viver. Nós temos cada vez mais pessoas a procurar aprender TIC e umas pessoas incentivam outras a vir aprender TIC. Nós já temos três níveis de aprendizagem, porque os primeiros já estão no nível mais avançado e querem aprender mais e sentem-se cada vez mais motivados com esta aprendizagem. Os seniores acreditam que o futuro engloba as tecnologias e eles acreditam nesse mesmo futuro onde querem estar integrados.

8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?

De modo geral antes tínhamos um protocolo com a Segurança Social que permitiu que fizéssemos cursos de informática nos Lares de 3ª Idade e trabalhou-se muito com os idosos que quiseram aprender informática, mas esse protocolo já terminou. Nós temos a Biblioteca Municipal equipada com computadores, temos uma “Zona digital” onde existe recursos humanos que prestam apoio a qualquer pessoa que necessite de ajuda, nomeadamente aos seniores. Por exemplo, os seniores se quiserem enviar um *email* ou submeter o IRS pela Internet e não souberem, nós temos respostas para solucionar esses e outros problemas que possam surgir nesse contexto. A nossa Escola Tecnológica e Profissional também promove encontros intergeracionais no âmbito das TIC e procura sensibilizar outros equipamentos, como Lares de 3ª Idade, Centros de Dia para esta problemática da inclusão digital. Mesmo nas Juntas de Freguesia existem equipamentos e recursos humanos disponíveis para ajudar

as pessoas que tenham dúvidas no área das TIC. De um modo geral, este município tem feito muitas intervenções para melhorar a aprendizagem das TIC na população sénior.

9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?

A sociedade civil nas zonas mais urbanas está extremamente sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida, nas zonas mais longes destes centros urbanos penso que não estão sensibilizadas para este problema. Infelizmente, mesmo nos Centros de Dia e nas aldeias ainda se vê a população sénior como alguém que está ali à espera da morte, sem aprendizagens ou outras atividades. Mas estamos a trabalhar contra esse tipo de mentalidade “está velhinha, está à espera da morte”. Acreditamos que a aprendizagem ao longo da vida melhora a qualidade de vida e a própria saúde ao nível cognitivo, as capacidades intelectuais acabam por ser estimuladas e os seniores procuram menos os médicos.

10. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?

A sociedade civil está sensibilizada para a questão digital de modo geral, mas não está sensibilizada para programas digitais para a população sénior. E nós sabemos que os seniores que frequentam as TIC na nossa academia são a “nata da nata” porque os outros resistem. Quando nós queremos dar formação em TIC nos Lares e Centros de Dia as pessoas institucionalizadas pura e simplesmente não querem aprender TIC. Os próprios seniores resistem, não é a sociedade em geral, eles próprios referem que é muito difícil, que já não têm cabeça para aprender TIC. O filtro é claro, os que estão na academia são muito interessados e querem aprender cada vez mais, os outros que não estão nestas turmas de TIC não estão minimamente interessados em aprender TIC. Eu arriscaria mesmo a dizer que os outros 99% dos seniores do concelho não estão interessados em aprender as tecnologias. Estas pessoas mais idosas têm medo em experimentar as TIC e em admitir que não conseguem aprender estas tecnologias.

11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

A aprendizagem ao longo da vida a partir dos cinquenta anos é extremamente benéfica e acho que todos ganham, não só os seniores como a sociedade em geral, e até em última consequência a correlação entre o aumento da atividade cognitiva e a menor necessidade de recorrer aos serviços de saúde. As academias seniores dão esta oferta de estímulo cognitivo e promovem a aprendizagem ao longo da vida ajudando a dar qualidade de vida aos seniores e é para essa finalidade que todos nós todos os dias trabalhamos.

ENTREVISTA D5

Data da entrevista: 2014-02-26

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 11h00

Hora de fim: 11h20

Duração: 20 minutos

1. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

O fator principal é para comunicar com os filhos e com os netos, pois atualmente todas as pessoas falam em computadores, os filhos e os netos utilizam os computadores e também é um bocadinho por aí, para estarem atualizados com as novas tecnologias.

2. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um fator cultural é o desejo de permanecer ativo do ponto de vista intelectual, pois nós nesta universidade sénior temos um grupo de professoras primárias aposentadas e acredito que antes delas se reformarem os computadores não estavam muito em voga, utilizavam-se pouco nas escolas e agora elas procuram esta aprendizagem para se atualizarem e para estarem ativas intelectualmente. Mas o público em geral que frequenta as TIC é muito heterogéneo, temos seniores muito diversificados em relação aos fatores sociodemográficos. Não é por terem mais habilitações literárias que procuram as TIC, pois temos pessoas que mal sabem ler e escrever e também querem aprender TIC.

3. Qual a importância das TIC para a população idosa?

A importância das TIC para a população sénior é muito positiva, pois são os próprios seniores que o dizem. O facto de nós aqui na universidade sénior haver muitos seniores a frequentar as TIC, isso demonstra que esta aprendizagem é muito útil para eles.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Atualmente vivemos numa sociedade digital e é óbvio que as TIC são fundamentais para a formação ao longo da vida e acho que os seniores têm consciência disto e procuram as TIC para não ficarem excluídos desta sociedade, sendo motivados a aprender conteúdos novos.

5. Qual a relevância das TIC em relação às outras disciplinas existentes nesta Universidade Sénior?

Eu penso que é a curiosidade em saber utilizar o computador e querem aprender a utilizar as suas funcionalidades, entender a linguagem dos netos e muitos seniores já trazem o seu computador portátil. Atualmente é muito vulgar ver-se os seniores com os seus portáteis.

6. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Eu penso que a aprendizagem das TIC traz vantagens ao nível do bem-estar mental, o cérebro não fica tão atrofiado, estimula a memória e as capacidade intelectuais.

7. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Eu acho que os impactos no bem-estar social é muito bom e isto nota-se naquelas pessoas domésticas que praticamente não saíam de casa e desde que começaram a aprender TIC estão muito mais sociáveis, mais comunicativas, com melhor autoestima e raramente faltam às aulas de TIC e sentem-se atraídas por esta disciplina. E também o facto de comunicarem de modo virtual através do *email* e Facebook com a família e com os próprios colegas da universidade sénior aumenta o seu bem-estar social, eles sentem-se mais modernos e autónomos.

8. No âmbito das políticas sociais para a inclusão digital, quais as intervenções que sugere para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa?

Nós fazemos muitos cursos de informática nas aldeias nomeadamente nas Juntas de Freguesia e quem frequenta esses cursos a maioria são pessoas idosas. Às vezes é a própria população sénior que vem ter connosco à Câmara Municipal a solicitar a formação em TIC. Agora estamos a fazer mais que um curso de TIC por freguesia. O objetivo é nós deslocarmos às freguesias, pois muitas pessoas têm dificuldades socioeconómicas e assim vamos nós ao encontro das suas necessidades. Alguns seniores que vivem isolados e não têm acesso à Internet, nós disponibilizámos transporte e eles acabaram por aprender a utilizar a Internet aqui na sede de concelho, num espaço digital próprio. A Biblioteca Municipal também está equipada com computadores que podem ser utilizados por qualquer pessoa e tem um funcionário que ajuda a esclarecer qualquer dúvida. Aqui no nosso município há locais onde qualquer pessoa pode usufruir de equipamentos digitais de forma gratuita.

9. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem ao longo da vida?

A sociedade civil está sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida pois nós temos um Núcleo Empresarial com muitos cursos de diversas áreas e as pessoas frequentam essas formações com

bastante assiduidade. Nós no nosso município procuramos dar resposta a todos aqueles que querem aprender ao longo da vida e temos parcerias com Juntas de Freguesia.

10. No enquadramento das políticas sociais, quais as intervenções que serão necessárias tomar para que a sociedade civil esteja mais sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa?

Eu acho que as pessoas idosas estão muito sensibilizadas para a aprendizagem das TIC e isso verifica-se pela necessidade de estendermos as nossas atividades da universidade sénior a uma aldeia aqui perto.

11. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não já foi tudo dito.

Apêndice I

Análise de conteúdo das entrevistas dos Diretores das Universidades Seniores

Categoria:

1. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.1. Fatores Sociais	D1: “(...)utilizar o computador e Internet com mais facilidade(...)”; “(...)utilizar os meios que lhes permitem falar com os netos(...)”; “(...)comunicar à distância(...)”; “(...)aproveitar as potencialidades que a Internet tem(...)”; “(...)aperceberam-se que também existia este mundo e perceberam que também era importante que se fossem atualizando(...)”	5
	D2: “(...)é para comunicar(...)”; “(...)adquirem conhecimento nesta área(...)”; “(...)mais familiarizados com esta nova linguagem das novas tecnologias(...)”; “(...)agora os netos só falam em <i>bytes</i> e os mais velhos não querem ficar excluídos das conversas(...)”; “Para se aproximarem dos filhos e dos netos(...)”	5
	D3: “(...)procuram as TIC para atualizar conhecimentos(...)”; “Alguns seniores vivem isolados e é uma forma de estarem em contacto com outras pessoas(...)”; “(...)pela aprendizagem em trabalhar no Word, facilidades em escrever um texto(...)”; “(...)outras pessoas querem aprender a pesquisar informações variadas através da Internet(...)”; “As domésticas gostam muito de procurar novas receitas(...)”	5
	D4: “O primeiro fator é o contacto com os filhos que estão fora (...)”; “(...)interesse social pelos Facebooks, Twitteres, Skypes (...)”; “(...)necessidade de se sentirem atualizados.”	3
	D5: “(...)comunicar com os filhos e com os netos(...)”; “(...)para estarem atualizados com as novas tecnologias.”	2
		20
Inferências	Utilização do computador e Internet com mais facilidade; Comunicação; Aproximação dos filhos e netos; Atualização de conhecimentos; Prevenção do isolamento; Aprendizagem em trabalhar no Word; Pesquisa de informações; Interesse social pelas redes sociais digitais.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.2. Fatores Culturais	D1: “(...)frequentam esta disciplina para terem ainda alguma utilidade naquilo que ainda fazem(...)”; “(...)ainda lhes interessa terem essa componente formativa(...)”; “(...)para se sentirem preparados para o dia a dia.”	3
	D2: “(...)é a curiosidade(...)”; “(...)gostarem de aprender coisas novas(...)”; “(...)atração por uma novidade(...)”; “Em termos culturais o perfil das pessoas que procura esta aprendizagem das TIC é variado (...)”; “(...)tenho conhecimento de pessoas com muito pouca habilitação e de outras de estrato social mais elevado e ambas estão muito contentes em saber ir à Internet.”	5
	D3: “(...)todos gostam de ter contacto com estas tecnologias(...)”; “(...)gostam de experimentar(...)”; “(...)explorar(...)”; “(...)descoberta por este mundo novo(...).”	4
	D4: “(...)a maioria dos alunos da nossa academia que aprendem TIC são pessoas com algumas habilitações literárias(...)”; “(...)existem também vários alunos que têm habilitações mais baixas (...)”; “(...)todos estão despertos para o conhecimento(...)”; “(...)o grande motor é a curiosidade em saber como comunicar com os filhos e netos(...).”	4
	D5: “(...)desejo de permanecer ativo do ponto de vista intelectual(...)”; “(...)para se atualizarem pessoalmente(...)”; “(...)o público em geral que frequenta as TIC é muito heterogéneo(...)”; “(...)pois temos pessoas que mal sabem ler e escrever e também querem aprender TIC(...).”	4
		20
Inferências	Utilidade; Interesse pela componente formativa; Preparação para o dia a dia; Curiosidade; Aprendizagem de coisas novas; Atração pela novidade; Exploração; Descoberta do mundo novo; Interesse para o conhecimento; Atividade do ponto de vista intelectual; Atualização pessoal; Heterogeneidade do público que frequenta as TIC.	

Categoria:

2. As Pessoas idosas e as TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.1. Importância das TIC para a população idosa	D1: “As TIC dão a esta população o acesso a este mundo novo(...); “(...)comunicar através da troca de <i>emails</i> (...)”; “(...)utilizar redes sociais(...)”; “(...)hoje em dia está tudo no mundo virtual e qualquer pessoa tem acesso a estes meios(...)”; “As pessoas cada vez mais se desligam da televisão e utilizam mais os computadores, Internet e os <i>smartphones</i> (...)”; “Os seniores estão incluídos nestas mudanças.”	6
	D2: “(...)meio de entretenimento em especial para quem tem pouca mobilidade(...)”; “(...)uma fonte de conhecimento e de tirar dúvidas(...)”; “(...)antes consultávamos o dicionário e as enciclopédias, agora vamos à Internet(...)”; “As pessoas aprendem esse caminho, é um caminho muito rápido.”	4
	D3: “Essencialmente para a comunicação (...)”; “(...)adquirirem novos conhecimentos (...)”; “(...)alguns seniores até referem que procuram saber mais para darem apoio aos netos nos estudos.”	3
	D4: “A importância das TIC é extraordinariamente benéfica para a população sénior porque os motiva(...)”; “(...)sentem-se integrados(...)”; “(...)o seu estímulo cognitivo mantém-se estimulado e sentem-se lúcidos(...)”; “A parte mental está desenvolvida(...)”; “(...)eles conseguem controlar melhor a parte física(...)”; “(...)os nossos seniores são extremamente ativos(...).”	6
	D5: “(...)muito positiva, pois são os próprios seniores que o dizem(...)”; “Nesta universidade sénior há muitos seniores a frequentar as TIC, isso demonstra que esta aprendizagem é muito útil para eles (...).”	2
		21
Inferências	Acesso a um mundo novo; Comunicação: <i>email</i> e redes sociais; Inclusão digital e social; Entretenimento; Conhecimento; Motivação; Apoio aos netos nos estudos; Estímulo cognitivo.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.2. Importância das TIC na formação ao longo da vida	D1: “(...)haverá pessoas que estarão mais interessadas em aprender ao longo da vida (...); “(...)outros utilizarão estes mesmos meios para se divertir(...); “(...)estas ferramentas podem ser utilizadas tanto do ponto de vista lúdico, como para a aquisição de conhecimentos(...).”	3
	D2: “(...)as pessoas estão entusiasmadas a aprender(...); “(...)aqueles que estão na casa dos sessenta anos têm mais vontade de estar ao computador(...); “(...)tenho a impressão que veio tirar algumas pessoas da televisão(...); “Os seniores encaram as TIC como algo de muito positivo na formação ao longo da vida.”	4
	D3: “(...)fundamental, isto é quase como um jogo, quando começamos a jogar é aliciante (...); “(...)vamos aprendendo novas coisas(...); “(...)vamos aumentando os níveis (...); “(...)vamos querer sempre mais (...).”	4
	D4: “(...)aprendizagem das TIC dá ferramentas para a promoção da alfabetização(...); “(...)literacia informática(...); “(...)os seniores continuam a sentir-se como qualquer outra pessoa de qualquer idade (...); “(...)os seniores sentem-se mais incluídos na sociedade atual (...); “Ao falarem com os netos sobre a linguagem digital permite que os seniores se sintam mais incluídos na própria família(...); “(...)têm muito orgulho em mostrar aos outros que aprendem TIC(...); “(...)uma mais-valia na sua formação ao longo da vida(...).”	7
	D5: “(...)têm consciência que vivem numa sociedade digital (...); “(...)procuram as TIC para não ficarem excluídos desta sociedade (...); “(...)motivados a aprender conteúdos novos (...).”	3
		21
Inferências	Utilização das TIC: conhecimento e entretenimento; Entusiasmo em aprender; As TIC: atitude positiva e fundamental na formação ao longo da vida; Promoção da alfabetização e da literacia informática; Sentimento de inclusão na própria família; Orgulho em aprender TIC; Uma mais-valia na formação ao longo da vida.	

Subcategorias	Unidades de Registro/Indicadores	Nº Registros/Ocorrências
2.3. Relevância das TIC em relação às outras disciplinas	D1: “Não é só para ocupar o tempo como é na maioria das outras disciplinas (...); “(...)uma utilidade prática(...); “As TIC não estão muito dependentes das outras disciplinas(...); “(...)os seniores que procuram aprender TIC é para se sentirem mais realizados nesta área(...); “(...)para poderem intervir nas atividades do quotidiano.”	5
	D2: “(...)utilizadas como estratégias pedagógicas para melhorar o ensino das outras disciplinas(...).”	1
	D3: “(...)uma disciplina muito mais atrativa (...); “(...)podemos explorar informação do nosso interesse orientado pelo Professor (...); “(...)é uma ajuda nos trabalhos das outras disciplinas (...); “(...)as TIC são tão ou mais importantes que outra disciplina existente nesta academia”; “(...)vê-se pelo número de pessoas que querem participar nestas aulas de informática(...); “(...)para as pessoas que vivem sozinhas é também uma companhia e ajuda no combate ao isolamento(...).”	6
	D4: “Na nossa academia, a disciplina de TIC é a disciplina mais frequentada.”	1
	D5: “(...)eles mostram mais curiosidade em frequentar esta disciplina(...); “(...)saber utilizar o computador(...); “(...)querem aprender a utilizar as suas funcionalidades (...); “(...)entender a linguagem dos netos (...); “(...)talvez por ser uma disciplina com uma maior componente prática(...); “Agora é muito vulgar ver-se os seniores com os seus computadores portáteis.”	6
		19
Inferências	Utilidade prática; Intervenção nas atividades quotidianas; Estratégias pedagógicas para melhorar o ensino das outras disciplinas; Uma disciplina muito mais atrativa; Companhia; Ajuda no combate ao isolamento; Disciplina mais frequentada; Imagem: seniores e os seus computadores portáteis.	

Categoria:

3. Impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.1. Impactos no Bem-estar mental	D1: “ (...)continuar a exercitar a memória como era solicitada por uma vivência mais jovem (...); “(...)bem-estar mental sai beneficiado (...).”	2
	D2: “(...)muito positivo em especial para a memória pois as pessoas exercitam melhor as suas aptidões mentais(...).”	1
	D3: “É imprescindível os seniores estimularem no dia a dia todas as faculdades mentais, pois surgem nesta etapa da vida muitas doenças como Alzheimer ou outras demências (...); “(...)memorização, o raciocínio é estimulado(...); “(...)é fundamental esse estímulo mental, esse trabalho contínuo onde as TIC têm uma função imprescindível.”	3
	D4: “(...)impactos no bem-estar mental são positivos(...); “(...)as pessoas deixam de envelhecer, independentemente das rugas(...); “(...)penso que quanto mais ativos os seniores tiverem intelectualmente, mais vitalidade o corpo físico consegue ter(...); “(...)nota-se bastante energia(...); “(...)estão sempre motivados a participar em qualquer atividade nomeadamente em atividades que possam exigir esforço intelectual(...).”	5
	D5: “(...)aprendizagem das TIC traz vantagens ao nível do bem-estar mental (...); “(...)o cérebro não fica tão atrofiado (...); “(...)estimula a memória e as capacidade intelectuais (...).”	3
		14
Inferências	Bem-estar mental beneficiado; Exercício e estímulo das faculdades mentais: memória e raciocínio; Envelhecimento ativo; Sinergia entre a parte intelectual e física do corpo; Menor atrofia do cérebro.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.2. Impactos no Bem-estar social	D1: “Os seniores têm mais facilidade em participar na sociedade (...)”; “(...)não se sentem tão excluídos das novas tecnologias(...)”; “(...)encaram a aprendizagem das TIC de forma positiva(...).”	3
	D2: “(...)pessoas encaram as TIC como uma ajuda para viver melhor ao nível social(...)”; “(...)não se sentem excluídos(...)”; “(...)sentem-se participantes e ativas do seu tempo(...)”; “O facto de estarem atualizados da política, das notícias do dia a dia, isto faz parte de um todo(...)”; “(...)têm que ter essa informação informática porque ela faz parte do quotidiano de agora(...).”	5
	D3: “ (...)o bem-estar social é reforçado com aprendizagem das TIC(...)”; “(...)o convívio e a socialização que se dá através destas aprendizagens é uma mais-valia(...)”; “(...)TIC promove o bem-estar psicossocial(...).”	3
	D4: “(...)as pessoas levantam-se todos os dias de manhã com um objetivo de participar(...)”; “(...)de socializar com alguém, com o seu grupo ou com outro(...)”; “(...)de aprender algo de novo, nomeadamente TIC(...)”; “(...)estarem ativas(...)”; “(...)jovialidade, alegria e animação(...)”; “(...)uma enorme vontade de viver(...)”; “(...)temos cada vez mais pessoas a procurar aprender TIC(...)”; “(...)umas pessoas incentivam outras a vir aprender TIC(...)”; “Os seniores acreditam que o futuro engloba as tecnologias, onde querem estar integrados (...).”	9
	D5: “(...)é muito bom (...)”; “(...)nota-se naquelas pessoas domésticas que praticamente não saíam de casa e desde que começaram a aprender TIC estão muito mais sociáveis (...)”; “(...)melhor autoestima (...)”; “(...)raramente faltam às aulas de TIC (...)”; “(...)sentem-se mais modernos e autónomos (...).”	5
		25
Inferências	Participação na sociedade; Inclusão e integração; Atividade; Bem-estar social reforçado com as TIC; Promoção do Bem-estar psicossocial; Jovialidade; Alegria e Animação; Vontade de viver; Autonomia; Aumento da autoestima; Modernidade.	

Categoria:

4. Políticas sociais

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.1. Políticas sociais para melhorar a aprendizagem das TIC na população idosa	D1: “ (...) nós temos outros equipamentos com computadores abertos à comunidade (...)”; “(...)o Cybercentro, onde qualquer pessoa jovem ou menos jovem tem acesso à Internet (...)”. “A própria Biblioteca Municipal tem computadores que podem ser utilizados gratuitamente.”; “Houve um grande investimento por parte da Câmara nesta área da inclusão digital (...)”; “(...)existe uma série de estruturas que permitem o acesso de qualquer pessoa às TIC.”	5
	D2: “(...)na nossa cidade temos uma associação designada «Espaço das Idades» onde as pessoas podem aprender TIC(...)” ; “(...)nas Bibliotecas também existem computadores que podem ser utilizados(...)”; “Nas Juntas de Freguesia também existe a divulgação das TIC e muitas delas fazem cursos de informática (...)”; “(...)eu sugeria a existência de um formador ou alguém que estivesse nestes espaços a acompanhar aqueles que quisessem aprender TIC para esclarecer dúvidas e ensinar-lhes os primeiros passos(...)”.	4
	D3: “(...)existem alguns espaços onde as pessoas podem contactar com as TIC, nomeadamente as escolas estão preparadas a acolher pessoas que já saíram da vida ativa, podem fazer essa aprendizagem(...)”; “Existem outros espaços tais com a Biblioteca, a loja «Ponto já», embora seja mais destinada aos jovens, mas as pessoas mais velhas também frequentam esse espaço para utilizar o computador e Internet.”; “(...)há associações culturais no concelho e Juntas de Freguesia que promovem e divulgam as TIC(...)”; “Todos entendemos que aprendizagem das tecnologias é uma mais-valia para todos.”; “(...)alguns equipamentos estão obsoletos e até poderia haver a substituição dos próprios computadores(...)”; “(...)seria	7

	fundamental a existência de recursos humanos para ajudar no acompanhamento das pessoas mais velhas a integrarem-se melhor nas TIC(...); “(...)algumas até sentem medo em tocar no aparelho, daí haver essa necessidade de alguém que lhes explique e que os oriente(...).”	
	<p>D4: “(...)antes tínhamos um protocolo com a Segurança Social que permitiu que fizéssemos cursos de informática nos Lares de 3ª Idade e trabalhou-se muito com os idosos (...); “Nós temos a Biblioteca municipal equipada com computadores, temos uma zona digital onde existe recursos humanos que prestam apoio a qualquer pessoa que necessite de ajuda, nomeadamente aos seniores.”; “A nossa Escola Tecnológica e Profissional também promove encontros intergeracionais no âmbito das TIC e procura sensibilizar outros equipamentos, como Lares de 3ª Idade, Centros de Dia para esta problemática da inclusão digital.”; “(...)nas Juntas de Freguesia existem equipamentos e recursos humanos disponíveis para ajudar as pessoas que tenham dúvidas na área das TIC(...).”</p>	4
	<p>D5: “(...)fazemos muitos cursos de informática nomeadamente nas Juntas de Freguesia e quem frequenta esses cursos a maioria são pessoas idosas.”; “Às vezes é a própria população sénior que vem ter connosco à Câmara Municipal a solicitar a formação em TIC.”; “(...)estamos a fazer mais que um curso de TIC por freguesia(...); “Nós deslocamo-nos às freguesias, muitas pessoas têm dificuldades socioeconómicas e vamos nós ao encontro das suas necessidades.”; “Alguns seniores que vivem isolados e não têm acesso à Internet, nós disponibilizámos transporte e eles acabaram por aprender a utilizar a Internet aqui na sede de concelho, num espaço digital próprio.”; “A Biblioteca Municipal também está equipada com computadores que podem ser utilizados por qualquer pessoa e tem um funcionário que ajuda a esclarecer</p>	7

	qualquer dúvida.”; “(...)no nosso município há locais onde qualquer pessoa pode usufruir de equipamentos digitais de forma gratuita(...).”	
		27
Inferências	Equipamentos com computadores abertos à comunidade; Biblioteca Municipal equipada com computadores que podem ser utilizados pelos seniores com a existência de recursos humanos que prestam ajuda e apoio; Espaços e Associações culturais para utilização de equipamentos digitais de forma gratuita; Realização de cursos de informática nas Juntas de Freguesia; Parcerias com a Segurança Social para divulgação das TIC nos Lares da 3ª Idade e Centros de Dia; Substituição de alguns computadores obsoletos; Existência de mais recursos humanos para acompanhar os seniores e integrá-los melhor nas TIC; Promoção de encontros intergeracionais no âmbito das TIC.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.2. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem ao longo da vida	D1: “ (...)aprendizagem ao longo da vida deve ser uma preocupação constante por parte das pessoas, mas também das instituições (...); “(...)à partida uma garantia que haverá um envelhecimento ativo(...); “É uma das preocupações nesta universidade sénior manter as pessoas ocupadas, não só com a questão das TIC(...); “(...)por um lado promover as capacidades intelectuais e também as capacidades físicas(...); “(...)é importante promover o bem-estar físico e mental(...); “(...)melhorar a qualidade de vida para a população sénior que traz um ganho para a sociedade em geral e tem menos custos(...); “(...)temos um distrito bastante envelhecido e temos que ter preocupação com esta faixa etária(...).”	7
	D2: “Nem toda a gente está sensibilizada para esta aprendizagem contínua (...); “As pessoas deixam-se ficar, estão muito acomodadas(...); “(...)não compreendo como é que as pessoas não aderem a este movimento das academias seniores(...); “A socialização também é uma das nossas batalhas, é necessário que as pessoas participem e convivam umas com as outras.”; “É necessário mudar mentalidades(...); “As pessoas aposentam-se aos sessenta anos e ainda podem ter mais vinte anos de vida com qualidade(...); “(...)a sociedade civil não está sensibilizada para a formação ao longo da vida, há pessoas que ficam todo o dia de pijama, porquê?(...)”; “É necessário alertar a sociedade civil para as potencialidades das academias seniores, pois podem usufruir de um convívio salutar para todos, em especial nestas idades avançadas(...).”	8
	D3: “(...)acho que a sociedade civil já começa a estar sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida(...); “(...)há universidades seniores por todo o país e foi das melhores respostas que se criaram a nível nacional(...).”	2
	D4: “A sociedade civil nas zonas mais urbanas está extremamente sensibilizada para a aprendizagem ao longo da	5

	<p>vida(...)”; “(...)nas zonas mais longes destes centros urbanos penso que não estão sensibilizadas para este problema(...)”; “(...)mesmo nos Centros de Dia e nas aldeias ainda se vê a população sénior como alguém que está ali à espera da morte, sem aprendizagens(...)”; “Mas estamos trabalhar contra esse tipo de mentalidade «está velhinha, está à espera da morte»(...)”; “Acreditamos que a aprendizagem ao longo da vida melhora a qualidade de vida e a própria saúde ao nível cognitivo(...)”.</p>	
	<p>D5: “A sociedade civil está sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida pois nós temos um Núcleo Empresarial com muitos cursos de diversas áreas(...)”; “(...)pessoas frequentam formações com bastante assiduidade.”; “(...)procuramos dar resposta a todos aqueles que querem aprender ao longo da vida e temos parcerias com Juntas de Freguesia.”</p>	3
		25
Inferências	<p>Promoção das atividades realizadas nas universidades seniores; Sensibilização da sociedade civil para as potencialidades das universidades seniores; Afirmação das universidades seniores ou academias seniores ao nível nacional como resposta à aprendizagem ao longo da vida; Garantia de um envelhecimento ativo; Preocupação adicional com a população sénior; Promoção de um bem-estar físico e mental; Mudança de mentalidades; Promoção da aprendizagem ao longo da vida nas zonas rurais; Parcerias com Juntas de Freguesia para dar resposta aqueles que querem aprender ao longo da vida; Existência de cursos em diversas áreas nos Núcleos Empresariais.</p>	

Subcategorias	Unidades de Registro/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.3. Políticas sociais para sensibilizar a sociedade civil para a importância da aprendizagem das TIC na população idosa	D1: “ (...)atualmente mesmo aqueles seniores que não frequentam as aulas de TIC, a grande maioria tem ligações ao mundo digital(...)”; “Embora se deva procurar que a nossa cidade e sociedade seja inclusiva(...)”; “(...)aprendizagem dos mais velhos faz-se à custa dos mais novos(...)”; “(...)existência da intergeracionalidade é fundamental para termos um desenvolvimento agradável da sociedade(...)”; “(...)saltos tecnológicos são tão grandes e feitos num processo crescente quase constante(...)”; “(...)nós temos ainda muito trabalho por fazer(...)”; “(...)no mundo rural, não é fácil conviver com as TIC, pois a maioria das pessoas são analfabetas(...)”; “(...)é importante haver dinâmicas locais para despertarem a população mais velha para as questões das TIC, mas por vezes é muito difícil(...)”.	8
	D2: “(...)há pessoas que ainda estão muito longe destas tecnologias, mostram muita apatia em relação a isto(...)”; “(...)eu acho que estas pessoas que entram agora na reforma vem melhor preparadas para aprender as TIC , pois já utilizavam o computador nos seus trabalhos(...)”; “Mas as academias seniores têm feito um bom trabalho no ensino e atualização de conhecimento das TIC e também na divulgação das suas respetivas potencialidades(...)”.	3
	D3: “ (...)penso que a sociedade civil está sensibilizada para a importância da aprendizagem das TIC para a população sénior(...)”; “(...)por vezes o que acontece é que os próprios seniores não querem investir o seu tempo neste tipo de formação (...)”; “(...)acomodam-se e têm receio em não conseguir aprender as TIC, nomeadamente a utilizar o computador e a Internet(...)”.	3
	D4: “A sociedade civil está sensibilizada para a questão digital de modo geral, mas não está sensibilizada para programas digitais para a população sénior.”; “(...)quando nós queremos dar formação em TIC nos Lares e Centros de Dia, as	5

	<p> pessoas institucionalizadas, pura e simplesmente não querem aprender TIC(...); “Os próprios seniores resistem, não é a sociedade em geral(...)”; “(...)eles próprios referem que é muito difícil, que já não têm cabeça para aprender TIC.”; “Estas pessoas mais idosas têm medo em experimentar as TIC e em admitir que não conseguem aprender estas tecnologias.” </p>	
	<p> D5: “(...)as pessoas idosas estão muito sensibilizadas para a aprendizagem das TIC(...)”; “(...)nós tivemos a necessidade de estender as nossas atividades da universidade sénior a uma aldeia aqui perto.” </p>	2
		21
Inferências	<p> Promoção de uma cidade e sociedade inclusiva; Existência de uma intergeracionalidade: aprendizagem dos mais velhos faz-se à custa dos mais novos; Redução da iliteracia digital nas zonas rurais; Implementação de dinâmicas locais para despertar a população sénior para as questões das TIC; Divulgação do ensino e atualização do conhecimento das TIC por parte das universidades seniores; Execução de programas digitais para a população sénior; Persuasão e incentivo dos seniores a aprender as TIC, nomeadamente a utilizar o computador e a Internet; Diminuição da resistência dos seniores às TIC através da divulgação das potencialidades das TIC. </p>	

Apêndice J

Transcrição das entrevistas dos Professores de TIC das Universidades Seniores

ENTREVISTA P1

Data da entrevista: 2014-01-13

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 15h00

Hora de fim: 15h35

Duração: 35 minutos

1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?

Foi um convite que me foi feito e vem ao encontro daquilo que eu gosto de fazer que é ensinar. Eu até gosto de dizer aos seniores que provavelmente eles têm muito mais a ensinar-me do que eu a eles, uma vez que a maioria dos seniores são autênticas histórias de vida, eles próprios não se valorizam e não veem a quantidade de conhecimentos que têm para transmitir às outras pessoas.

2. Possui alguma formação especializada em educação de adultos?

De adultos especificamente sim. Devido ao meu percurso profissional, fui durante doze anos oficial do exército e na altura ministrei muita instrução e também fui responsável de instrução e é uma área que estou completamente familiarizado com a formação de adultos.

3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Sem dúvida que as TIC são essenciais na formação ao longo da vida e devem fazer parte desta formação, pois atualmente quem não souber usar um computador e Internet tem muitas dificuldades nas atividades diárias, uma vez que a vida está impregnada de tecnologia.

4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?

Desde o início houve a necessidade de colocar os seniores de acordo com o seu grau de conhecimento e através disto optou-se por dividir as aulas de informática por níveis. O Nível I, engloba noções básicas de desmitificação do computador, inicia-se o programa Word, aqui dá-se conteúdos relacionados à escrita e formatação de textos, depois aborda-se o PowerPoint, que é uma coisa que lhes agrada muito. No Nível II aborda-se o Excel e faz-se a introdução da Internet com a criação de *emails*, com a criação de perfil nas redes sociais, nomeadamente no Facebook. Ainda na Internet tem-se atenção ao facto de alertar os seniores para estreitar a relação entre o cidadão, contribuinte, utente, cliente e a Administração Pública; alertá-los para eles começarem a interagir, não olharem para a Internet como algo completamente lúdico. Nas aulas eu transmito a ideia que eles podem ver que através da Internet eles podem fazer rigorosamente tudo, por exemplo nos bancos *online*, tudo o que é Administração Pública e o próprio sistema bancário, eles podem interagir com eles, sem ser necessário ir aos locais. No Nível III é um nível mais avançado que engloba conteúdos multimédia, criação de blogues, de páginas na Internet e que exige uma interação com a máquina completamente diferente, nesse nível já estão completamente familiarizados com este mundo.

5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?

Nas primeiras aulas tento auscultar ao máximo os principais interesses, as reais motivações que eles têm e a partir daí, dentro daqueles três níveis construo um bocado do programa. Os principais interesses acabam por ser praticamente concordantes e coincidentes de ano para ano.

6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?

Em relação às estratégias abordo gradualmente os conteúdos, dos mais simples para os mais complexos, tento fazer paralelismos entre as vantagens que os conteúdos ensinados poderão ter na vida quotidiana deles. Utilizo muito a expressão «aquilo foi criado por homens é para homens», qualquer pequena evolução que exista é sempre para facilitar o dia a dia e a relação que o homem tem que ter com a máquina. Em relação às metodologias, cada sénior tem um computador individual, sempre houve projetor nas aulas e a partir do ano passado as aulas até estão mais enriquecidas, pois todas as salas de aula têm um quadro interativo, sendo uma mais-valia no processo de aprendizagem. Paralelamente, este ano vão fazer uma visita de estudo à Fundação Portuguesa das Comunicações, e vão constatar toda a evolução da Informática e portanto tudo o que ela permitiu melhorar no nosso quotidiano. Inicialmente também fazia alguns testes em papel, e eles levavam para casa e relembavam os conteúdos lecionados nas aulas. Geralmente eu tento ao máximo esmiuçar as matérias, torná-las menos densas, dar-lhes aquilo que eles essencialmente precisam.

7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um dos principais fatores sociais que levam os seniores a aprender as TIC é o facto de compreenderem a linguagem dos netos, acompanharem os mais novos e comunicar com filhos ou netos que estão no estrangeiro e acaba por ser mais barato, e essencialmente eles não querem sentir-se infoexcluídos.

8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Mas há também uma percentagem que quer conhecer este admirável mundo novo. Quem procura as TIC são um público sénior muito diversificado: desde pessoas casadas, solteiras, viúvas, com filhos, sem filhos, com netos, sem netos, com mais ou menos habilitações literárias, aliás nós na mesma turma podemos ter uma pessoa licenciada em Engenharia sem conhecimentos de informática e outra com a 4ª classe e com conhecimentos de informática. Existem duas situações, aqueles que utilizavam as TIC e sentem que não percebem nada, só sabiam lidar com aqueles programas nas suas entidades patronais, nomeadamente indivíduos que eram reformados da PT, da EDP ou da Segurança Social ou das Finanças, trabalhavam com a informática, mas era só aquele programa e era como se fosse uma máquina de escrever, que só neste caso era em versão digital. Depois temos outro tipo de pessoas que não percebem nada, nunca trabalharam com os computadores e que de facto querem mesmo aprender e saber o que é a informática. Uma vantagem que talvez os outros tenham é que com o rato, o teclado e outro *hardware* já não é novidade para eles, mas quando estavam a aprender a trabalhar com o Word, as dificuldades eram as mesmas para os dois grupos porque eram situações novas. Quando os seniores começaram a aprender TIC a maioria deles adquiriu um computador portátil e são poucos aqueles que dizem que não têm possibilidades económicas do fazer.

9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Os seniores adquirem competências digitais para utilizarem o *email*, o Skype e agora estamos a fazer um esforço para eles interagir com o Facebook, para eles verem como se pode utilizar as TIC e reduzir custos ao mesmo tempo. Esta universidade sénior tem uma página no Facebook e as administrativas utilizam esta rede social para informar os alunos dos eventos ou ocorrências que vão acontecendo e como há alunos que vêm de aldeias fora da cidade e vêm de propósito só para uma

aula ou duas e agora começou-se a instituir que qualquer alteração de aula ou falta de professores seria comunicado na página do Facebook desta universidade e eles a partir daí quase diariamente vão lá para ver se há alguma novidade. Costumam pesquisar informação sobre saúde, música, essencialmente fado, monumentos históricos, história de Portugal, notícias sobre a freguesia onde vivem. Interagem com alguns serviços como as Finanças, muitos deles já fazem o IRS através da Internet, pesquisam assuntos na Loja do Cidadão *online*, aderem à e-fatura. As compras *online* praticamente nenhum destes seniores faz, pois têm receio da exposição de dados privados.

10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Essencialmente ao nível da memória, pois esta está sempre a ser estimulada durante a aprendizagem das TIC. Nota-se que muitos deles estão mais «enferrujados» e eu estou sempre a alertá-los para estimular as capacidades intelectuais para evitar o «Alzheimer», e de uma aula para a outra esquecem-se dos conteúdos aprendidos, custa-lhes muito reter a informação. Na maioria as pessoas com menos escolaridade têm maior dificuldade na aprendizagem, têm menos «ginástica mental». Muitos deles dizem que necessitavam de alguém após a aula que os acompanhasse pois ainda não sentem grande autonomia, pois quando estão sozinhos eles têm medo da máquina. Eles ainda acham que a máquina é mais poderosa que eles, têm receio em trabalhar com o computador sozinhos, isso causa-lhes uma certa ansiedade, necessitam de alguém que os acompanhe após a aula.

11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

As TIC permitem a vantagem dos seniores estarem ligados ao mundo, aquele sentimento de solidão quase desaparece, não sentem o tempo passar e até costumam ver menos televisão. As TIC promove o exercício da cidadania, uma vez que eles interagem com a autarquia, transmitem certas preocupações, por exemplo, poderem dizer que “têm qualquer anomalia no bairro onde habitam” sem terem que se deslocar lá presencialmente. As relações intergeracionais também saem claramente reforçadas com a aprendizagem das TIC, pois eles dizem que os netos nunca imaginavam que os avós já conseguiam utilizar estas novas tecnologias. Quanto às desvantagens eu não vejo qualquer tipo de desvantagem e até agora ainda não vi nenhum aluno arrependido de ter aprendido TIC, antes pelo contrário, eles dizem “que pena não ter descoberto isto antes”.

12. Sugira que alterações se devam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Eu penso que não há grandes alterações a fazer e o facto de eles continuarem de ano para ano e a maior parte deles a progredirem é sinal que eles estão satisfeitos. Claro que é possível fazer diferente e melhor, mas eles também têm sentido a oferta de melhores condições de aprendizagem, novos computadores, quadros interativos e tudo isto resulta em melhores resultados de aprendizagem. Acho que é necessário fazer essa sensibilização na idade ativa, em pessoas que estão a trabalhar e que acham que já não necessitam de aprender mais para melhorar o seu desempenho. Este exemplo dos seniores que frequentam esta universidade é bem visível o facto deles próprios terem vindo para melhorar as suas aprendizagens, que vieram por gosto pessoal e não para melhorar as suas carreiras, pois estas já estão feitas. Acho também que deveria haver aqui uma ligação a outro tipo de entidades, e despertar a população sénior para a aprendizagem das TIC. Eu temo que esta aprendizagem das TIC se esteja a “fechar entre portas”, “dentro da sua própria conchinha”. Eu estou

convencido que se assim fosse, talvez tínhamos mais alunos e a inclusão digital fazia-se de forma mais efetiva. As grandes cadeias privadas por aquilo que me é dado a entender eles têm campanhas agressivas e com capacidade para atrair esse público. O setor privado já soube se mexer para permitir que uma pessoa adquira um computador, um *tablet*, um *smartphone* a preços mais baixos e com facilidades de pagamento. Do ponto de vista da política pública, eu não sei se nestes momentos estão reunidas as condições para melhorar a aprendizagem das TIC, dado os constrangimentos económicos. Em termos de órgãos públicos não sei se estão para aí virados, não sei se isto não é algo que lhes passe completamente ao lado. Em 1999, na altura em que abriram os Cybercentros, havia uma política de divulgação muito enraizada na sociedade, nomeadamente as políticas públicas, mas também estávamos num nível de desenvolvimento diferente, era muito mais necessário naquela altura do que é nesta, pois as TIC atualmente já não são tão desconhecidas. Mas já está mais ou menos enraizada a divulgação das TIC ao público sénior, mesmo ao nível do país.

13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

A única coisa que eu tenho a dizer é que para mim é um prazer, estou há oito anos neste projeto e é com todo o gosto que estou envolvido e espero continuar muitos mais anos porque não vejo isto como uma obrigação e aprendo muito com os seniores, e acho que é um público muito interessante e que por vezes é esquecido. A sociedade está demasiado montada para solicitar os jovens e nem se quer se apercebem que os jovens têm tantas solicitações, que as vinte e quatro horas do dia já não chegam para eles. Estamos a esquecer que a população portuguesa está cada vez mais envelhecida e cada vez mais esquecida e provavelmente há aqui um filão, e quando digo filão é no sentido nobre do termo, isto é, temos uma população sénior com muito potencial para se explorar e desenvolver.

ENTREVISTA P2

Data da entrevista: 2014-02-20

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 17h00

Hora de fim: 17h25

Duração: 25 minutos

1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?

Porque ainda ando a estudar, tenho algum tempo livre e gostava no meu futuro de ser professora. E também gosto muito desta vertente do voluntariado. Eu faço parte de um tipo de associação que interagem com todo o tipo de pessoas, mais velhas e mais novas.

2. Possui alguma formação especializada em educação de adultos?

Não.

3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Por um lado é mais fácil pesquisar informação através das TIC, para comunicar com amigos e família que estão mais longe. De modo geral as TIC são importantes porque permitem uma maior facilidade e eficiência na aquisição de conhecimento que se reflete numa boa formação ao longo da vida.

4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?

Neste momento eu tenho duas turmas, uma para os mais iniciados e outra para os mais avançados. Na turma dos iniciados eu estou a ensinar o Word, o Microsoft Office e alguns aspetos básicos ligados ao funcionamento do computador relacionados com *hardware*. Na turma dos mais avançados eu procurei questionar os seus interesses e eles todos disseram que queriam aprender a utilizar o Facebook e alguns queriam aprender a usar o programa PowerPoint. Eu tenho o cuidado de alertá-los em primeiro lugar para a privacidade e segurança que é necessário haver na utilização do Facebook e só depois ensino as funcionalidades desta plataforma. De modo geral todos os seniores têm consciência da política de privacidade inerente a estas plataformas digitais e eles protegem a sua identidade e dados pessoais.

5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?

Os critérios devem ir ao encontro dos interesses e experiências de cada sénior. Assim como eu já me apercebi alguns seniores têm o seu blogue e procuram conteúdos relacionados com os seus gostos e vivências pessoais. De modo geral, a seleção de conteúdos a lecionar reveste-se de um aspeto mais personalizado e dirigido às necessidades de cada um.

6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?

Eu dou uma ficha a cada um e à medida que vão surgindo dúvidas eles chamam-me. Eu vou explicando individualmente, pois alguns já sabem fazer algumas coisas, enquanto outros têm mais dificuldade. Normalmente cada um traz o seu computador portátil para a sala de aula.

7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Para alguns seniores os fatores sociais são essencialmente para atualização de conhecimentos, para acompanhar os mais novos e para comunicar com a família que está longe.

8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

A maioria dos seniores que frequentam as TIC já tiveram alguma interação com as tecnologias durante a vida ativa e agora nesta fase da vida, eles querem usar mais e melhor o computador que têm em casa, sentirem-se mais autónomos com o computador e também para estarem ativos intelectualmente.

9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Alguns seniores escrevem textos, nomeadamente poemas e utilizam o Word. No seu quotidiano a maioria dos seniores pesquisa informação e comunica através da Internet e uma minoria utiliza as TIC para jogar, para lazer e entretenimento.

10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Os impactos ao nível mental são muito positivos, pois obriga-os a trabalhar o cérebro e os seniores sentem-se mais ativos intelectualmente. Muitos deles se não conseguem terminar as tarefas em sala de aula vão para casa e lá continuam a praticar e dão continuidade à aprendizagem. Depois acabam por enviar-me por *email* e querem saber se está tudo correto.

11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Sem dúvida que as TIC melhoram o bem-estar social uma vez que os seniores pedem ajuda aos filhos e netos para esclarecimento de certas dúvidas e essa relação é reforçada, e existe também muita comunicação que é feita *online* entre os participantes desta academia sénior. Eles mostram fotografias da família, dos passeios, mandam mensagens uns aos outros, essencialmente através do Facebook, estão constantemente a interagir uns com os outros.

12. Sugira que alterações se devam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Até agora a minha estratégia de ensino tem corrido bem, e para já eu não alterava nada, pois às vezes eu tenho três tipos de pessoas nas aulas, os que não sabem quase nada, outros que sabem mais ou menos e outros que fazem a ficha em metade da aula e esta minha metodologia de ir ensinando individualmente, penso que está a ter bons resultados.

13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Eu penso que de forma global a aprendizagem das TIC é um aspeto muito positivo e de grande interesse para as pessoas com idade mais avançada, uma vez que eu conheço outros seniores que não sabem utilizar as TIC e a sua postura perante a vida é totalmente diferente, são pessoas mais fechadas, menos sociáveis e até mais desconfiadas. Mas felizmente, cada vez mais existe um número maior de seniores a aprender TIC e a utilizar no seu dia a dia, isto reflete a importância desta ferramenta para melhorar a sua qualidade de vida.

ENTREVISTA P3

Data da entrevista: 2014-02-21

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 11h00

Hora de fim: 11h20

Duração: 20 minutos

1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?

Eu vim para este projeto por convite da responsável da universidade sénior e também nessa altura em que me foi feito o convite andava a tirar uma formação em informática e gosto muito do público sénior.

2. Possui alguma formação especializada em educação de adultos?

Não. Trabalhar com pessoas destas idades mais avançadas é um desafio muito aliciante, eles ficam muito entusiasmados quando aprendem conteúdos novos e eu também aprendo muito com eles.

3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

É assim, eu tenho lá pessoas que diziam que isto era uma das lacunas que gostariam de preencher, isto é, não aguentavam ver os netos a mexer no computador e eles não sabiam nada de computadores. Agora têm esta oportunidade em aprender as TIC e acompanhar a linguagem dos netos e ficam muito lisonjeados. Sem dúvida que as TIC são uma boa aposta na formação ao longo da vida.

4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?

Nós iniciamos com as noções básicas da informática, pois a maioria dos seniores chegam-nos às aulas sem nenhum conhecimento de TIC. Também no início eu alerto-os para os perigos da Internet e eles entendem bem e protegem-se. Em primeiro lugar, eu ensino-os a ligar e desligar o computador, a familiarizarem-se com o rato, monitor e teclado, a criar pastas, a guardar documentos. Depois abordo algumas noções básicas do Word, uma vez que este público não quer teoria, quer prática e quer receber conteúdos que lhe sejam úteis na sua vida. Mais tarde avanço para a Internet, ensino a pesquisar, ajudo a criar uma conta de *email* e a utilizar o correio eletrónico. Para complementar, ensino a utilizar o Skype e o Facebook. A seguir a estes conteúdos abordo de forma superficial o PowerPoint e o Excel.

5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?

Nós temos que vocacionar as aulas para os objetivos dos seniores, pois são aulas informais, embora haja pessoas que olham para o relógio e querem mesmo assimilar conteúdos e pô-los em prática, outras encaram as aulas como forma de convívio e motivo para sair de casa. Ali não há a necessidade do pessoal ficar descontente, o que eles querem são conteúdos práticos para o seu quotidiano. Nós temos que ir ao encontro das suas motivações e às experiências de cada um.

6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?

Tenho lá um projetor com um computador onde exemplifico a matéria e mostro para que eles vejam, mas depois tenho que ir individualmente um a um, pois há situações, se eu não for ao pé deles, eles não avançam. Nós temos que essencialmente incutir-lhes confiança e dizer-lhes que o computador não se estraga, pois eles têm medo de mexer e estragar a máquina, isto é mais no início, pois agora existe pessoas que já não passam sem aquilo. Devemos também insistir com os seniores e dizer-lhes que eles são capazes de aprender as TIC, pois muitos deles desanimam e querem desistir, nós temos que os incentivar a continuar.

7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um dos principais fatores sociais é para a socialização, a participação nesta sociedade da informação e do conhecimento e a necessidade de estarem incluídos socialmente e não ficarem fora dos avanços tecnológicos.

8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um dos fatores principais foi a curiosidade em desmistificar este mundo novo para eles. É essencialmente para matar a curiosidade de ver o pessoal mais novo a mexer no computador e eles também querem saber trabalhar com o computador. Eles acham que o facto de não saber mexer no computador era um motivo de inferioridade em relação às gerações mais novas. A aprendizagem das TIC é um motivo de orgulho e aumenta-lhes a sua autoestima. Quem frequenta as aulas de TIC é grupo muito heterogéneo, temos lá pessoas com habilitações mais baixas, outras com habilitações mais elevadas. Por vezes as pessoas com habilitações mais baixas têm mais facilidade em aprender as TIC. Em relação às atividades profissionais, as profissões que estão em maioria são professoras primárias reformadas, que são um grupo com bastante representatividade.

9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Sem dúvida, as redes sociais, o Skype, o Facebook e também utilizam o *email*. Os seniores utilizam o Facebook para partilharem fotografias, eles aprenderam a transferir as fotografias da máquina fotográfica para o computador e agora estão constantemente a colocar fotos de eventos e situações do seu dia a dia. Em relação ao Skype é um tipo de comunicação que é feito por videochamada e é bastante utilizado pelos seniores no seu quotidiano.

10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Os impactos da aprendizagem das TIC no bem-estar mental são ótimos, a boa disposição naquelas caras transborda. Nota-se que é uma mais-valia, eu tenho lá pessoas completamente assíduas. O raciocínio, a intuição e a tomada de decisão naquela faixa etária não está muito desenvolvido, eles não conseguem ser intuitivos ao ponto de sozinhos ultrapassarem alguns obstáculos. Mas em relação à autoestima, eles sentem-se muito bem em aprender as TIC, são pessoas muito motivadas, que esforçam-se para aprender e contactam-me muitas vezes para tirar dúvidas.

11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Para já ao estarem a participar na universidade sénior têm bastantes convívios, passeios, excursões e eles participam muito nestes eventos. Particularmente na minha aula, as TIC são algo de novo para

aquela idade, fá-los sentir assim um pouco superiores em relação aqueles que não têm conhecimento desta matéria, e então eles sentem-se muito mais atualizados, participam em dois mundos, no mundo virtual e no mundo real. Tudo isto transmite a estes seniores um bem-estar social, pois estão mais incluídos na era digital e sabem comunicar com outras ferramentas na sociedade contemporânea.

12. Sugira que alterações se devam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Em primeiro lugar tem que se ter uma grande dose de paciência e estar preparado para as diversas situações, pois os seniores muitas vezes enervam-se e nós temos que apaziguar a situação. Depois temos que logo no início do ano letivo saber o que é que os seniores querem aprender. Eles estão numa idade em que já não vão aplicar certos conteúdos na vida ativa, e como é apenas uma hora por semana, temos que saber rentabilizar essa hora com conteúdos que lhe sejam úteis. Em relação às condições físicas eu dou aulas na Biblioteca Municipal e temos lá as condições razoáveis, a maior parte dos seniores levam os seus computadores portáteis, mas nós também temos computadores fixos que eles podem utilizar. Eu própria até os aconselho a utilizar vários computadores para eles não se focalizarem só no seu computador.

13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

De modo geral só quero referir que a aprendizagem das TIC é uma boa resposta ao envelhecimento da população, em especial no nosso distrito que é um distrito muito envelhecido. Eu pessoalmente tenho uma boa relação com este público sénior e aprendo muito com eles. É muito aliciante trabalhar com pessoas desta idade e eu própria descobri esta faceta em mim e espero continuar a dar formação a este público.

ENTREVISTA P4

Data da entrevista: 2014-02-24

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 14h30

Hora de fim: 14h50

Duração: 20 minutos

1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?

Isto foi um convite que me fizeram, era um desafio novo e o facto de serem pessoas mais velhas que veem para aqui para aprender, foi também um dos motivos que me levaram a participar neste projeto.

2. Possui alguma formação especializada em educação de adultos?

Sim, já dei formação a adultos num curso dinamizado por uma entidade empresarial e também já dei formação a professores, eu sou professora de informática no ensino secundário.

3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

É assim, eles hoje em dia vão precisar das TIC para tudo, eles têm que se mentalizar que vão necessitar de aprender informática para desempenhar as suas tarefas no dia a dia. As próprias medidas implementadas pelo Governo vão ao encontro de colocar todos os serviços *online* e os seniores têm que estar incluídos nestas mudanças.

4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?

Eu costumo dizer que “começo a casa pelo telhado” (Risos). Os conteúdos programáticos vão mais ao encontro dos interesses dos seniores. No primeiro ano todos queriam aprender a usar o Facebook e eu ensinei-lhes a utilizar essa rede social. Depois quiseram saber escrever textos, utilizar o *email* com anexos e fazer pesquisa.

5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?

É muito difícil haver critérios, porque uns querem uma coisa, outros querem outra, uns sabem uma coisa, outros sabem outra. Não há um critério específico, nem pode haver. Eles têm muito medo em mexer e estragar o computador e a maior parte dos seniores que frequentam estas aulas não têm computador em casa, nem Internet, principalmente devido a questões financeiras, uma vez que estes equipamentos e serviços são caros. Deste modo, eles não praticam nada em casa e o que sabem é unicamente o que aprendem nas aulas.

6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?

Tenho um computador com um projetor onde projeto os conteúdos, depois cada sénior tem o seu computador e eu vou explicando individualmente a cada um e acompanhando o seu ritmo de aprendizagem.

7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Um dos fatores sociais é para acompanharem os mais novos, querem aprender a trabalhar com o computador e também para não se sentirem ultrapassados. Nós estamos no interior do país e a maior parte dos seniores tomam conta dos netos e estes avós querem aprender alguma coisa acerca das TIC para entenderem minimamente a linguagem dos netos. Os seniores também têm consciência que estamos na sociedade digital e que eles têm que estar incluídos nesta sociedade e para isso têm que inevitavelmente aprender a utilizar o computador e Internet. Alguns seniores escolhem aprender TIC também pelo convívio e pela socialização.

8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Atualmente, quem não souber trabalhar com computadores é como seja analfabeto, e os seniores escolhem aprender TIC para adquirir alguma cultura nesta área, têm curiosidade em aprender, mas também para não se sentirem ultrapassados. Eles querem adquirir algumas noções básicas de literacia digital, senão ficam mesmo excluídos socialmente. A minha turma é um grupo heterogéneo, eu tenho desde professores, a pessoas que não sabem praticamente ler nem escrever, mas todos se ajudam uns aos outros, são muito solidários uns com os outros.

9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

A maior parte não aplica nenhuma competência digital no quotidiano, uma vez que não têm computador em casa e também não utilizam as TIC em mais nenhum sítio. Uma minoria que tem computador e que já na sua vida profissional utilizava, agora no dia a dia costumam pesquisar informações no Google, enviar *emails*, digitalizar fotos, usam o Skype e Facebook.

10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Os seniores ao conseguirem aprender a trabalhar com o computador é uma mais-valia para eles, uma vez que ao nível da memória e as próprias aptidões intelectuais ficam mais desenvolvidas. A aprendizagem das TIC permite que as faculdades mentais fiquem mais despertas e exercitadas.

11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Em relação ao bem-estar social os seniores sentem-se mais participativos na atual sociedade, têm a possibilidade de saber comunicar por via virtual com os filhos e com os netos, e tudo isto é do seu agrado, e eles ficam muitos realizados e incluídos socialmente com esta aprendizagem. Os seniores ao aprenderem TIC sentem-se mais cidadãos do mundo.

12. Sugira que alterações se devam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Tinha que haver mais tempo, uma aula por semana não chega para ensinar este público. As turmas deviam ter menos alunos. Existe a necessidade de haver mais recursos em casa dos seniores, isto é, a existência de computadores e Internet para eles praticarem os conteúdos aprendidos nas aulas. Eu

sugiro que deveria haver políticas públicas de incentivo financeiro à aquisição de computadores e Internet para os seniores. No meu entender, a própria formação para este público sénior também deveria sofrer algumas alterações, nomeadamente ao nível das estratégias de ensino, que devia ser um ensino mais personalizado e mais próximo dos seniores com maior acompanhamento da sua aprendizagem. O próprio Governo criou o programa «*e-escolas*» e acabou com ele, muitos dos seniores tinham filhos que tinham computadores adquiridos pelos «maiores de 25 anos», mas agora todos os programas implementados pelo Governo de incentivo à aquisição de computadores acabaram e simplesmente as pessoas não têm dinheiro para adquirir estes recursos.

13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Ainda há muito caminho para andar, pois ainda estamos na pré-história, como se costuma dizer, (Risos).

ENTREVISTA P5

Data da entrevista: 2014-02-26

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 11h00

Hora de fim: 11h20

Duração: 20 minutos

1. Quais os motivos que o levaram a colaborar neste projeto?

Eu como era funcionária da entidade que tutela a academia sénior e como precisavam de professores de informática eu própria voluntariei-me e decidi participar neste projeto. O primeiro ano correu muito bem e eu gostei da experiência e decidi nos anos seguintes continuar integrada neste projeto.

2. Possui alguma formação especializada em educação de adultos?

Não. Eu tenho formação em crianças, eu sou professora do 1º ciclo.

3. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

As TIC são fundamentais hoje em dia, nós se não tivermos algumas noções de literacia digital é como sejam analfabetos. Um sénior que queira estar integrado na sociedade digital têm que saber trabalhar com os dispositivos digitais. Isto é como alguns anos atrás, aquelas pessoas que não sabiam ler ficavam fora dos acontecimentos e era mais difícil atingir certas metas. Atualmente quem não souber TIC não tem tantas oportunidades, e mesmo quem necessite de um emprego e não tiver conhecimentos de informática está “encurralado contra a parede”, não tem hipótese, é considerado um analfabeto. Para mim as TIC são fundamentais na formação ao longo da vida, pois nós todos os dias contactamos com máquinas e essas máquinas têm conteúdos digitais que todos nós somos quase obrigados a saber funcionar com eles.

4. Quais os conteúdos programáticos que estão em vigor nas aulas de TIC?

Eu normalmente início com o Word, para eles perceberem as teclas, o funcionamento do teclado, como podem escrever, como se podem orientar. Depois passamos para a parte da Internet, criação de *email*, criação de uma conta no Facebook e no Skype. Tudo isto também vem muito com aquilo que eles vão pedindo e com as suas solicitações. Para muitos deles a família está longe e querem contactar com os netos e filhos e querem saber como utilizar a Internet para comunicar com familiares. Toda esta situação, implica aproximar os conteúdos àquilo que eles necessitam. Por vezes, ensino algumas noções de PowerPoint, apenas como suporte para outras disciplinas.

5. Quais os critérios que devem estar na base da seleção de conteúdos a lecionar?

Nós temos que ir ao encontro dos interesses dos seniores, aquilo que eles pedem. Por exemplo há seniores que são gestores de condomínio e eles querem saber como fazer tabelas e eu ensino-lhes essa situação no Word. Existe pessoas que chegam às aulas sem saber rigorosamente nada, nunca mexeram num computador, por vezes têm computador em casa, mas nunca o ligaram. Estas pessoas têm imensa dificuldade em manusear o rato, não conseguem controlar o rato, o teclado e o monitor

também é um obstáculo para elas, outras situações em que é necessário mais que uma tecla é muito difícil para elas. Alguns seniores têm mais dificuldade em trabalhar com o computador portátil do que com o computador fixo. Eu normalmente numa primeira fase aconselho-os a começar a aprender a trabalhar com o computador fixo.

6. Quais as estratégias e metodologias de ensino que utiliza nas suas aulas?

Eu tenho uma tela com um projetor, cada sénior tem um computador. Eu normalmente não gosto de turmas muito grandes e faço questão que haja um computador para cada sénior. A pessoa não aprende TIC se não trabalhar com o material. Neste momento, nós temos doze computadores e doze seniores a frequentar a formação em TIC. Depois, eu tenho que ir individualmente junto de cada um esclarecer dúvidas e orientar a aprendizagem de cada um. Eu faço questão de passar por cada um para perceber o que é que eles estão a fazer. Nós perdemos muito tempo a passar de um a um a explicar e para ver se eles estão a fazer corretamente, para não se perderem. Eu costumo dar fichas de aplicação de conhecimento, e vai-se explicando o que é necessário fazer e eu vou passando por cada um, para ver como está a ser resolvida a tarefa. Cada um deles tem um bloquinho de notas e faz os seus apontamentos dos conteúdos que são apresentados. Para eles uma aula com duração de uma hora uma vez por semana é pouco, quando regressam após uma semana muitas coisas esquecem e também não se pode evoluir muito, a retenção de conhecimento não é muita. A maior parte deles não tem apoio em casa, não tem ninguém que os ensine, por vezes os seus familiares estão longe e os que estão perto estão ocupados com as suas vidas.

7. Quais os fatores sociais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Nomeadamente é para estarem atualizados porque os filhos e os netos utilizam o computador, e eles também querem estar integrados, não querem estar numa sociedade à parte. Se por exemplo um sénior tem os seus familiares no estrangeiro e é possível comunicar com eles mais facilmente através da Internet, porque não aprender a utilizar estas ferramentas, uma vez que o vizinho também o faz através destes meios, o pensamento é este! Outro fator é para combater a solidão, se as pessoas estiverem numa aldeia em que vivem cinco idosos, se todas souberem trabalhar digitalmente é muito fácil eles tomarem consciência dos problemas reais.

8. Quais os fatores culturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC por parte dos participantes?

Isto aqui já depende de algumas dimensões, se tivermos um sénior que durante a sua vida ativa trabalhou com TIC e possui algumas habilitações literárias, este sénior entende que é fundamental adquirir conhecimentos na área das TIC e quer aprofundá-los para utilizá-los no seu quotidiano. Por outro lado, aqueles seniores que durante a vida não contactaram com as TIC, eles consideram tudo isto importante, mas querem aprender as TIC apenas para saber comunicar, também como componente lúdica e porque as tecnologias também estão na moda. De modo geral, os fatores culturais vão ao encontro das vivências dos seniores, isto é, das experiências que os seniores tiveram nas suas vidas. Por exemplo, uns gostam de viajar, eles procuram informações sobre viagens, outros gostam de comunicar procura aprender a utilizar as redes sociais, outros gostam de ler os jornais diários, então leem os jornais *online*. Em relação a aquisição de equipamentos alguns seniores têm mais poder económico e adquirem mais facilmente um computador em comparação com outros seniores que têm mais dificuldades económicas que dificilmente adquirem um computador ou então ficam com os computadores deixados pelos filhos. Mas para já não tenho notado que as dificuldades económicas sejam um obstáculo da aprendizagem das TIC, talvez porque aquelas pessoas que não tenham mesmo possibilidades financeiras não frequentem a academia sénior.

9. Quais as competências digitais adquiridas pelos participantes durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Eu penso que de um modo geral é para a comunicação, através do *email*, Skype e Facebook. O número um é o *email*, eles gostam muito de receber *emails* com anexos de imagens e dão muita atenção aquilo. Os seniores também costumam fazer pesquisa no Google e leem jornais *online*. Utilizam muito o portal do cidadão porque através deste, eles têm outros *links* para acederem a outros sites. Alguns seniores também querem saber como utilizar os serviços bancários e os serviços das finanças para saberem enviar certas certidões e documentos. Eu costumo também alertá-los para os perigos da Internet. No ano passado fizemos uma sessão sobre «Internet segura» destinada aos seniores que frequentam a formação em TIC.

10. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar mental ao longo do processo de envelhecimento?

Eles estão ocupados mentalmente, e isso é muito bom, estão a realizar uma tarefa e posteriormente às aulas quem tiver oportunidade e interesse pode continuar ali a treinar e não estão completamente alienados do mundo. Os seniores estão a aplicar um conhecimento e tudo isto é saudável, estão a exercitar a memória, que é importante, pois nota-se quem pratica e quem não pratica. Eu penso que a aprendizagem das TIC é fundamental para eles ao nível intelectual, da memória, do raciocínio e do próprio pensamento, ficam muito mais despertos para tudo.

11. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC poderá causar no Bem-estar social ao longo do processo de envelhecimento?

Os seniores conseguem falar de situações que viram na Internet, de coisas que leem e de comunicar com os colegas. Quem não tem esse conhecimento não consegue falar destes assuntos e fica excluído. Em vez de estarem a falar das novelas, eles já têm outros assuntos mais atuais para conversar. Atualmente a própria inclusão digital implica a inclusão social.

12. Sugira que alterações se devam operar nas aulas de TIC desta Universidade Sénior, quanto às competências digitais a desenvolver nos participantes, assim como, quanto às estratégias/metodologias no sentido de melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC.

Nós nunca vamos avançar neste tipo de educação de adultos, nem nunca vamos ter certificação na literacia digital com ensino de voluntariado. Em relação à constituição das turmas também se deve ter em conta o facto de alguns seniores terem mais conhecimentos e outros não terem nenhuns. Deveria haver um critério de juntar na mesma turma os alunos com os mesmos conhecimentos, pois às vezes o nível de tolerância não funciona e costumam existir incluídos e excluídos. Devia haver um professor remunerado que leciona-se a disciplina como uma coisa séria formal e não informal. A informática não pode ser lecionada de forma informal aos seniores e os seniores devem encarar aquela disciplina com algum rigor e como algo sério. A necessidade é de tal forma que exige que a disciplina seja formal. Isto é, como alguns anos atrás a maior parte da população era analfabeta no nosso país, enquanto nos outros países o ensino obrigatório já era até ao 9ºano. É por isso que continua a haver diferenças e desigualdades sociais.

13. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Ainda temos um caminho a percorrer e muito longo....

Apêndice L

Análise de conteúdo das entrevistas dos Professores de TIC das Universidades Seniores

Categoria:

1. Caracterização do entrevistado

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.1. Motivos para a colaboração na Universidade Sénior	P1: “Foi um convite que me foi feito e vem ao encontro daquilo que eu gosto de fazer que é ensinar.”; “(...)até gosto de dizer aos seniores que provavelmente eles têm muito mais a ensinar-me do que eu a eles(...)”; “(...)maioria dos seniores são autênticas histórias de vida(...)”	3
	P2: “(...)tenho algum tempo livre(..)”; “(...)gostava no meu futuro de ser professora(...)”; “(...)também gosto muito desta vertente do voluntariado(...)”; “(...)faço parte de um tipo de associação que interagem com todo o tipo de pessoas, mais velhas e mais novas(...)”	4
	P3: “(...)vim para este projeto por convite da responsável da universidade sénior(...)”; “(...)nessa altura em que me foi feito o convite andava a tirar uma formação em informática(...)”; “(...)gosto muito do público sénior.”	3
	P4: “(...)um convite que me fizeram(...)”; “(...)um desafio novo(...)”; “(...)o facto de serem pessoas mais velhas que veem para aqui para aprender, foi também um dos motivos (...)”	3
	P5: “(...)eu própria voluntariei-me e decidi participar neste projeto(...)”	1
		14
Inferências	Convite; Interesse pelo ensino; Voluntariado; Público Sénior; Desafio novo.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.2. Formação especializada em adultos	P1: “(...)adultos especificamente sim(...)”; “(...)fui durante doze anos oficial do exército e na altura ministrei muita instrução(...)”; “(...)é uma área que estou completamente familiarizado com a formação de adultos.”	3
	P2:	0
	P3:	0
	P4: “(...)dei formação à adultos num curso dinamizado por uma entidade empresarial(...)”; “(...)também já dei formação a professores(...).”	2
	P5:	0
		5
Inferências	Familiarização com a área da formação de adultos.	

2. As pessoas idosas e a formação em TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida	P1: “Sem dúvida que as TIC são essenciais na formação ao longo da vida(...)”; “(...)devem fazer parte desta formação(...)”; “(...)atualmente quem não souber usar um computador e Internet tem muitas dificuldades nas atividades diárias(...)”; “(...)vida está impregnada de tecnologia(...)”	4
	P2: “(...)é mais fácil pesquisar informação através das TIC(...)”; “(...)para comunicar com amigos e família que estão mais longe(...)”; “(...)as TIC são importantes porque permitem uma maior facilidade e eficiência na aquisição de conhecimento(...)”	3
	P3: “(...)eu tenho lá pessoas que diziam que isto era uma das lacunas que gostariam de preencher(...)”; “(...)não aguentavam ver os netos a mexer no computador(...)”; “(...)não sabiam nada de computadores(...)”; “Agora têm esta oportunidade em aprender as TIC(...)”; “(...)acompanhar a linguagem dos netos e ficam muito lisonjeados.”; “(...)as TIC são uma boa aposta na formação ao longo da vida(...)”	6
	P4: “(...)eles hoje em dia vão precisar das TIC para tudo(...)”; “As próprias medidas implementadas pelo Governo vão ao encontro de colocar todos os serviços <i>online</i> (...)”; “(...)os seniores têm que estar incluídos nestas mudanças(...)”	3
	P5: “As TIC são fundamentais hoje em dia(...)”; “(...)se não tivermos algumas noções de literacia digital é como sejam analfabetos.”; “Um sénior que queira estar integrado na sociedade digital têm que saber trabalhar com os dispositivos digitais.”; “Atualmente quem não souber TIC não tem tantas oportunidades(...)”; “(...)nós todos os dias contactamos com máquinas e essas máquinas têm conteúdos digitais que todos nós somos quase obrigados a saber funcionar com eles.”	5

		21
Inferências	As TIC como uma boa aposta na formação ao longo da vida; Vida impregnada de tecnologia; TIC essenciais nas atividades diárias; TIC permite melhor facilidade e eficiência na aquisição de conhecimento; Integração na sociedade digital; Existência de mais oportunidades.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.2. Conteúdos programáticos das aulas de TIC	<p>P1: “O Nível I, engloba noções básicas de desmitificação do computador(...)”; “(...)inicia-se o programa Word, aqui dá-se conteúdos relacionados à escrita e formatação de textos(...)”; “(...)depois aborda-se o PowerPoint (...)”; “(...)Nível II aborda-se o Excel e faz-se a introdução da Internet com a criação de <i>emails</i>, com a criação de perfil nas redes sociais, nomeadamente no Facebook.”; “(...)na Internet tem-se atenção ao facto de alertar os seniores para estreitar a relação entre o cidadão, contribuinte, utente, cliente e a Administração Pública(...)”; “(...)alertá-los para eles começarem a interagir, não olharem para a Internet como algo completamente lúdico(...)”; “Nas aulas eu transmito a ideia que eles podem ver que através da Internet eles podem fazer rigorosamente tudo, por exemplo nos bancos <i>online</i>, tudo o que é Administração Pública e o próprio sistema bancário, eles podem interagir com eles, sem ser necessário ir aos locais.”; “No Nível III é um nível mais avançado que engloba conteúdos multimédia, criação de blogues, de páginas na Internet e que exige uma interação com a máquina completamente diferente, nesse nível já estão completamente familiarizados com este mundo.”</p>	8
	<p>P2: “(...)eu tenho duas turmas, uma para os mais iniciados e outra para os mais avançados(...)”; “Na turma dos iniciados eu estou a ensinar o Word, o Microsoft Office e alguns aspetos básicos ligados ao funcionamento do computador relacionados com <i>hardware</i>.”; “(...)Na turma dos mais avançados eu procurei questionar os seus interesses e eles todos disseram que queriam aprender a utilizar o Facebook e alguns queriam aprender a usar o programa Powerpoint.”; “(...)tenho o cuidado de alertá-los em primeiro lugar para a privacidade e segurança que é necessário haver na utilização do Facebook e só depois ensino as</p>	5

	funcionalidades desta plataforma (...); “(...)os seniores têm consciência da política de privacidade inerente a estas plataformas digitais e eles protegem a sua identidade e dados pessoais(...)”	
	P3: “Nós iniciamos com as noções básicas da informática, pois a maioria dos seniores chegam-nos às aulas sem nenhum conhecimento de TIC(...)”; “Em primeiro lugar, eu ensino-os a ligar e desligar o computador, a familiarizarem-se com o rato, monitor e teclado, a criar pastas, a guardar documentos (...)”; “Depois abordo algumas noções básicas do Word.”; “Mais tarde avanço para a Internet, ensino a pesquisar, ajudo a criar uma conta de <i>email</i> e a utilizar o correio eletrónico.”; “Para complementar, ensino a utilizar o Skype e o Facebook.”; “A seguir a estes conteúdos abordo de forma superficial o PowerPoint e o Excel.”; “(...)este público não quer teoria, quer prática e quer receber conteúdos que lhe sejam úteis na sua vida(...)”	7
	P4: “Os conteúdos programáticos vão mais ao encontro dos interesses dos seniores.”; “(...)queriam aprender a usar o Facebook e eu ensinei-lhes a utilizar essa rede social.”; “(...)querem saber escrever textos, a utilizar o <i>email</i> com anexos, a fazer pesquisa.”	3
	P5: “Eu normalmente início com o Word, para eles perceberem as teclas, o funcionamento do teclado, como podem escrever(...)”; “Depois passamos para a parte da Internet, criação de <i>email</i> , criação de uma conta no Facebook, no Skype.”; “Tudo isto também vem muito com aquilo que eles vão pedindo e com as suas solicitações.”; “(...)querem saber como utilizar a Internet para comunicar com familiares.”; “(...)aproximar os conteúdos aquilo que eles necessitam(...)”; “Por vezes, ensino algumas noções de PowerPoint, apenas como suporte para outras disciplinas.”	6
		29
Inferências	Nível I: noções básicas de informática, desmistificação do computador, Word e PowerPoint. Nível II: Excel e introdução à Internet com a criação de <i>email</i> e perfil no Facebook. Nível III: conteúdos multimédia, criação de blogues e de páginas na Internet;	

	<p>Na Internet: alerta para os seniores para estreitar a relação entre o cidadão, contribuinte, utente, cliente e a Administração Pública e evitar olhar para a Internet como algo completamente lúdico.</p> <p>Necessidade dos seniores receberem conteúdos úteis na sua vida;</p> <p>Aproximação dos conteúdos às solicitações dos seniores e aquilo que eles necessitam.</p>
--	---

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.3. Critérios dos conteúdos a lecionar	P1: “Nas primeiras aulas tento auscultar ao máximo os principais interesses, as reais motivações que eles têm(...)”; “(...)partir daí dentro daqueles três níveis construo um bocado o programa (...)”; “Os principais interesses acabam por ser praticamente concordantes e coincidentes de ano para ano(...)”.	3
	P2: “Os critérios devem ir ao encontro dos interesses e experiências de cada sénior(...)”; “(...)como eu já me apercebi alguns seniores têm o seu blogue e procuram conteúdos relacionados com os seus gostos e vivências pessoais.”; “(...)a seleção de conteúdos a lecionar reveste-se de um aspeto mais personalizado e dirigido às necessidades de cada um.”	3
	P3: “(...)temos que vocacionar as aulas para os objetivos dos seniores(...)”; “(...)são aulas informais(...)”; “Ali não há a necessidade do pessoal ficar descontente(...)”; “(...)o que eles querem são conteúdos práticos para o seu quotidiano.”; “Nós temos que ir ao encontro das suas motivações e às experiências de cada um.”	5
	P4: “É muito difícil haver critérios(...)”; “(...)uns querem uma coisa, outros querem outra, uns sabem uma coisa, outros sabem outra.”; “(...)têm muito medo em mexer e estragar o computador(...)”; “(...)a maior parte dos seniores que frequentam estas aulas não têm computador em casa, nem Internet, principalmente devido a questões financeiras(...)”.	4
	P5: “(...)temos que ir ao encontro dos interesses dos seniores, aquilo que eles pedem(...)”; “(...)há seniores que são gestores de condomínio e eles querem saber como fazer tabelas e eu ensino-lhes(...)”; “Existe pessoas que chegam às aulas sem saber rigorosamente nada, nunca mexeram num computador(...)”; “Estas pessoas têm imensa dificuldade em manusear o rato, não conseguem controlar o rato, o teclado e o monitor também é um obstáculo para elas(...)”.	4

		19
Inferências	Os critérios devem ir ao encontro dos interesses e experiências de cada sénior; Vocacionar as aulas aos objetivos dos seniores; Aulas informais; Lecionar conteúdos práticos para o quotidiano dos seniores; Superação de obstáculos: Rato, Monitor, Teclado.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.4. Estratégias e metodologias de ensino	<p>P1: “Em relação às estratégias abordo gradualmente os conteúdos, dos mais simples para os mais complexos(...)”; “(...)tento fazer paralelismos entre as vantagens que os conteúdos ensinados poderão ter na vida quotidiana deles(...)”; “Utilizo muito a expressão «aquilo foi criado por homens é para homens» (...)”; “(...)qualquer pequena evolução que exista é sempre para facilitar o dia a dia e a relação que o homem tem que ter com a máquina.”; “Em relação às metodologias, cada sénior tem um computador individual(...)”; “(...)sempre houve projetor nas aulas e a partir do ano passado as aulas até estão mais enriquecidas, pois todas as salas de aula têm um quadro interativo, sendo uma mais-valia no processo de aprendizagem.”; “Paralelamente, este ano vão fazer uma visita de estudo à Fundação Portuguesa das Comunicações, e vão constatar toda a evolução da Informática e portanto tudo o que ela permitiu melhorar no nosso quotidiano.”; “Inicialmente também fazia alguns testes em papel, e eles levavam para casa e relembavam os conteúdos lecionados nas aulas.”; “Geralmente eu tento ao máximo esmiuçar as matérias, torná-las menos densas, dar-lhes aquilo que eles essencialmente precisam.”</p>	9
	<p>P2: “Eu dou uma ficha a cada um e à medida que vão surgindo dúvidas eles chamam-me.”; “Eu vou explicando individualmente, pois alguns já sabem fazer algumas coisas, enquanto outros têm mais dificuldade(...)”; “Normalmente cada um traz o seu computador portátil para a sala de aula.”</p>	3
	<p>P3: “Tenho lá um projetor com um computador onde exemplifico a matéria e mostro para que eles vejam(...)”; “(...)depois tenho que ir individualmente um a um(...)”; “(...)há situações, se eu não for ao pé deles, eles não avançam.”; “(...)temos que essencialmente incutir-lhes confiança e dizer-lhes que o computador</p>	6

	não se estraga(...); “(...)eles têm medo de mexer e estragar a máquina(...)”; “(...)insistir com os seniores e dizer-lhes que eles são capazes de aprender as TIC(...)”	
	P4: “Tenho um computador com um projetor onde projeto os conteúdos(...)”; “(...)cada sénior tem o seu computador(...)”; “(...)eu vou explicando individualmente a cada um e acompanhando o seu ritmo de aprendizagem.”	3
	P5: “(...)tenho uma tela com um projetor(...)”; “(...)cada sénior tem um computador.”; “(...)eu tenho que ir individualmente junto de cada um esclarecer dúvidas e orientar a aprendizagem de cada um.”; “(...)faço questão de passar por cada um para perceber o que é que eles estão a fazer.”; “(...)costumo dar fichas de aplicação de conhecimento(...)”; “Cada um deles tem um bloquinho de notas e faz os seus apontamentos dos conteúdos que são apresentados.”; “A maior parte deles não tem apoio em casa, não tem ninguém que os ensine, por vezes os seus familiares estão longe e os que estão perto estão ocupados com as suas vidas.”	7
		28
Inferências	Abordagem de conteúdos dos mais simples para os mais complexos; Paralelismo entre as vantagens dos conteúdos lecionados e a vida quotidiana; Salas de aula com quadros interativos; Visita de estudo à Fundação Portuguesa das Comunicações; Projetor com computador; Explicação individual para acompanhamento do ritmo de aprendizagem; Transmissão de confiança e incentivo; Fichas de aplicação de conhecimentos.	

3. Fatores socioculturais que influenciam a escolha na aprendizagem das TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.1. Fatores Sociais	P1: “Um dos principais fatores sociais que levam os seniores a aprender as TIC é o facto de compreenderem a linguagem dos netos(...)”; “(...)comunicar com filhos ou netos que estão no estrangeiro(...)”; “(...)essencialmente eles não querem sentir-se infoexcluídos(...).”	3
	P2: “(...)para atualização de conhecimentos(...)”; “(...)acompanhar os mais novos(...)”; “(...)comunicar com a família que está longe(...).”	3
	P3: “(...)para a socialização(...)”; “(...)participação nesta sociedade da informação e do conhecimento(...)”; “(...)a necessidade de estarem incluídos socialmente(...)”; “(...)não ficarem fora dos avanços tecnológicos.”	4
	P4: “(...)para acompanharem os mais novos(...)”; “(...)para não se sentirem ultrapassados(...)”; “(...)estes avós querem aprender alguma coisa acerca das TIC para entenderem minimamente a linguagem dos netos.”; “Alguns seniores escolhem aprender TIC também pelo convívio e pela socialização.”	4
	P5: “(...)estarem atualizados porque os filhos e os netos utilizam o computador(...)”; “(...)eles também querem estar integrados, não querem estar numa sociedade à parte.”; “(...)para combater a solidão(...).”	3
		17
Inferências	Comunicação com filhos e netos; Infoinclusão; Participação na Sociedade da Informação e do Conhecimento; Acompanhamento e entendimento da linguagem dos mais novos; Convívio; Socialização; Combate à solidão.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.2. Fatores Culturais	P1: “(...) conhecer este admirável mundo novo(...)”; “Quem procura as TIC são um público sénior muito diversificado(...)”; “(...)aliás nós na mesma turma podemos ter uma pessoa licenciada em Engenharia, sem conhecimentos de informática e outra com a 4ª classe e com conhecimentos de informática.”; “Existem duas situações, aqueles que utilizavam as TIC e sentem que não percebem nada, só sabiam lidar com aqueles programas nas suas entidades patronais(...)”; “Depois temos outro tipo de pessoas que não percebem nada, nunca trabalharam com os computadores e que de facto querem mesmo aprender e saber o que é a informática(...)”; “Quando os seniores começaram a aprender TIC a maioria deles adquiriu um computador portátil e são poucos aqueles que dizem que não têm possibilidades económicas do fazer.”	6
	P2: “(...)eles querem usar mais e melhor o computador que têm em casa(...)”; “(...)sentirem-se mais autónomos com o computador(...)”; “(...)para estarem ativos intelectualmente(...)”	3
	P3: “(...)foi a curiosidade em desmistificar este mundo novo para eles(...)”; “É essencialmente para matar a curiosidade de ver o pessoal mais novo a mexer no computador e eles também querem saber trabalhar com o computador (...)”; “A aprendizagem das TIC é um motivo de orgulho e aumenta-lhes a sua autoestima.”; “Quem frequenta as aulas de TIC é um grupo muito heterogéneo(...)”; “(...)temos lá pessoas com habilitações mais baixas outras com habilitações mais elevadas(...)”; “(...)as profissões que estão em maioria são professoras primárias reformadas, que são um grupo com bastante representatividade.”	6
	P4: “Atualmente, quem não souber trabalhar com computadores é como seja analfabeto(...)”; “(...)os seniores escolhem aprender TIC para adquirir alguma cultura	5

	<p>nesta área(...)”; “(...)têm curiosidade em aprender, mas também para não se sentirem ultrapassados.”; “(...)querem adquirir algumas noções básicas de literacia digital(...)”; “A minha turma é um grupo heterogéneo, eu tenho desde professores, a pessoas que não sabem praticamente ler nem escrever(...)”;</p>	
	<p>P5: “(...)se tivermos um sénior que durante a sua vida ativa trabalhou com TIC e possui algumas habilitações literárias, este sénior entende que é fundamental adquirir conhecimentos na área das TIC e quer aprofundá-los para utilizá-los no seu quotidiano(...)”; “(...)aqueles seniores que durante a vida não contactaram com as TIC, eles consideram tudo isto importante, mas querem aprender as TIC apenas para saber comunicar, também como componente lúdica e porque as tecnologias também estão na moda.”; “(...)os fatores culturais vão ao encontro das vivências dos seniores, isto é, das experiências que os seniores tiveram nas suas vidas.”; “Em relação a aquisição de equipamentos alguns seniores têm mais poder económico e adquirem mais facilmente um computador em comparação com outros seniores que têm mais dificuldades económicas que dificilmente adquirem um computador ou então ficam com os computadores deixados pelos filhos(...)”; “(...)para já não tenho notado que as dificuldades económicas sejam um obstáculo da aprendizagem das TIC(...).”</p>	5
		25
Inferências	Curiosidade em desmistificar o mundo novo das TIC; Manutenção da atividade intelectual; Autonomia; Autoestima; Público Sénior muito diversificado e heterogéneo; Aquisição de cultura na área das TIC; Vivências, motivações e experiências dos seniores.	

4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	P1: “Os seniores adquirem competências digitais para utilizarem o <i>email</i> , o Skype e agora estamos a fazer um esforço para eles interagir com o Facebook(...)”; “(...)para eles verem como se pode utilizar as TIC e reduzir custos ao mesmo tempo.”; “(...)agora começou-se a instituir que qualquer alteração de aula ou falta de professores seria comunicado na página do Facebook desta universidade e eles a partir daí quase diariamente vão lá para ver se há alguma novidade.”; “Costumam pesquisar informação sobre saúde, música, essencialmente fado, monumentos históricos, história de Portugal, notícias sobre a freguesia onde vivem.”; “Interagem com alguns serviços como as Finanças, muitos deles já fazem o IRS através da Internet(...)”; “(...)pesquisam assuntos na Loja do Cidadão <i>online</i> , aderem à e-fatura.”; “As compras <i>online</i> praticamente nenhum destes seniores faz, pois têm receio da exposição de dados privados.”	7
	P2: “(...)escrevem textos, nomeadamente poemas e utilizam o Word(...)”; “(...)maioria dos seniores pesquisa informação e comunica através da Internet(...)”; “(...)uma minoria utiliza as TIC para jogar, para lazer e entretenimento.”	3
	P3: “Sem dúvida as redes sociais, o Skype, o Facebook e também utilizam o <i>email</i> .”; “(...)eles aprenderam a transferir as fotografias da máquina fotográfica para o computador e agora estão constantemente a colocar fotos de eventos e situações do seu dia a dia.”; “Em relação ao Skype é um tipo de comunicação que é feito por videochamada e é bastante utilizado pelos seniores no seu quotidiano.”	3
	P4: “A maior parte não aplica nenhuma competência digital no quotidiano, uma vez que não têm computador em	2

	<p>casa(...)”; “Uma minoria que tem computador e que já na sua vida profissional utilizava, agora no dia a dia costumam pesquisar informações no Google, enviar <i>emails</i>, digitalizar fotos, usam o Skype e Facebook.”</p>	
	<p>PS: “(...)de um modo geral é para a comunicação, através do <i>email</i>, Skype e Facebook(...)”; “O número um é o <i>email</i>(...)”; “Os seniores também costumam fazer pesquisa no Google e leem jornais <i>online</i>.”; “Alguns seniores também querem saber como utilizar os serviços bancários e os serviços das finanças para saberem enviar certas certidões e documentos.”</p>	4
		19
Inferências	<p>Comunicação: <i>email</i>, Facebook, Skype; Escrita de textos no programa Word; Pesquisa: notícias, saúde, viagens; Interação com a Administração Pública, Finanças (IRS, e-Fatura), Serviços Bancários; Entretenimento: Jogos, Jornais, Música, Digitalização de fotos.</p>	

5. Impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
5.1. Impactos no Bem-estar mental	P1: “Essencialmente ao nível da memória, pois esta está sempre a ser estimulada durante a aprendizagem das TIC(...)”; “Nota-se que muitos deles estão mais «enferrujados» e eu estou sempre a alertá-los para estimular as capacidades intelectuais para evitar o «Alzheimer»(...)”; “(...)de uma aula para a outra esquecem-se dos conteúdos aprendidos, custa-lhes muito reter a informação(...)”; “Muitos deles dizem que necessitavam de alguém após a aula que os acompanhasse pois ainda não sentem grande autonomia(...)”; “(...)quando estão sozinhos eles têm medo da máquina.”; “Na maioria as pessoas com menos escolaridade têm maior dificuldade na aprendizagem, têm menos «ginástica mental».”	6
	P2: “Os impactos ao nível mental são muito positivos(...)”; “(...) obriga-os a trabalhar o cérebro e os seniores sentem-se mais ativos intelectualmente.”; “Muitos deles se não conseguem terminar as tarefas em sala de aula vão para casa e lá continuam a praticar e dão continuidade à aprendizagem.”; “(...)acabam por enviar-me por <i>email</i> e querem saber se está tudo correto.”	4
	P3: “Os impactos da aprendizagem das TIC no bem-estar mental são ótimos(...)”; “(...)a boa disposição naquelas caras transborda.”; “(...)é uma mais-valia, eu tenho lá pessoas completamente assíduas.”; “(...)eles não conseguem ser intuitivos ao ponto de sozinhos ultrapassarem alguns obstáculos.”; “(...)em relação à autoestima, eles sentem-se muito bem em aprender as TIC(...)”; “(...)são pessoas muito motivadas(...)”; “(...)esforçam-se para aprender e contactam-me muitas vezes para tirar dúvidas.”	7
	P4: “(...)ao nível da memória e as próprias aptidões intelectuais ficam mais	2

	desenvolvidas.”; “(...)aprendizagem das TIC permite que as faculdades mentais fiquem mais despertas e exercitadas.”	
	P5: “Eles estão ocupados mentalmente, e isso é muito bom(...)”; “(...)não estão completamente alienados do mundo.”; “Os seniores estão a aplicar um conhecimento e tudo isto é saudável(...)”; “(...)a aprendizagem das TIC é fundamental para eles ao nível intelectual, da memória, do raciocínio e do próprio pensamento(...)”; “(...)ficam muito mais despertos para tudo.”	5
		24
Inferências	Estímulo e exercício das aptidões intelectuais; Atividade cerebral; Desenvolvimento da memória, raciocínio, pensamento; Eficácia na aprendizagem; Melhor ginástica mental; Assiduidade; Boa disposição; Aumento da Autoestima; Motivação; Alerta para o mundo.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
5.2. Impactos no Bem-estar social	P1: “As TIC permitem a vantagem dos seniores estarem ligados ao mundo(...)”; “(...)aquele sentimento de solidão quase desaparece, não sentem o tempo passar e até costumam ver menos televisão.”; “As TIC promove o exercício da cidadania, uma vez que eles interagem com a autarquia (...)”; “As relações intergeracionais também saem claramente reforçadas com a aprendizagem das TIC(...)”; “(...)eles dizem que os netos nunca imaginavam que os avós já conseguiam utilizar estas novas tecnologias(...)”; “(...)até agora ainda não vi nenhum aluno arrependido de ter aprendido TIC, antes pelo contrário, eles dizem «que pena não ter descoberto isto antes».”	6
	P2: “Sem dúvida que as TIC melhoram o bem-estar social(...)”; “(...)os seniores pedem ajuda aos filhos e netos para esclarecimento de certas dúvidas e essa relação é reforçada(...)”; “(...)existe também muita comunicação que é feita <i>online</i> entre os participantes desta academia sénior (...)”; “Eles mostram fotografias da família, dos passeios, mandam mensagens uns aos outros(...)”; “(...)estão constantemente a interagir uns com os outros.”	5
	P3: “(...)as TIC são algo de novo para aquela idade, fá-los sentir assim um pouco superiores em relação aqueles que não têm conhecimento desta matéria(...)”; “(...)eles sentem-se muito mais atualizados(...)”; “(...)participam em dois mundos, no mundo virtual e no mundo real.”; “Tudo isto transmite a estes seniores um bem-estar social, pois estão mais incluídos na era digital(...).”	4
	P4: “(...)os seniores sentem-se mais participativos na atual sociedade(...)”; “(...)têm a possibilidade de saber comunicar por via virtual com os filhos e com os netos(...)”; “(...)eles ficam muito realizados e incluídos socialmente com esta aprendizagem.”; “Os seniores ao aprenderem TIC sentem-se mais cidadãos do mundo.”	4
	P5: “Os seniores conseguem falar de	3

	situações que viram na Internet, de coisas que leem e de comunicar com os colegas.”; “Quem não tem esse conhecimento não consegue falar destes assuntos e fica excluído.”; “Atualmente a própria inclusão digital implica a inclusão social.”	
		22
Inferências	Exercício da cidadania; Relações intergeracionais reforçadas; Comunicação; Interação; Participação no mundo real e virtual; Inclusão social; Inclusão digital.	

6. Sugestão de alterações na formação em TIC para seniores

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
6.1. Alterações para melhorar os processos e/ou resultados da aprendizagem das TIC	<p>P1: “Claro que é possível fazer diferente e melhor, mas eles também têm sentido a oferta de melhores condições de aprendizagem, novos computadores, quadros interativos e tudo isto resulta em melhores resultados de aprendizagem.”; “Acho que é necessário fazer essa sensibilização na idade ativa, em pessoas que estão a trabalhar e que acham que já não necessitam de aprender mais para melhorar o seu desempenho.”; “(...) deveria haver aqui uma ligação a outro tipo de entidades, e despertar a população sénior para a aprendizagem das TIC.”; “O setor privado já soube se mexer para permitir que uma pessoa adquira um computador, um <i>tablet</i>, um <i>smartphone</i> a preços mais baixos e com facilidades de pagamento.”; “Do ponto de vista da política pública, eu não sei se neste momento estão reunidas as condições para melhorar a aprendizagem das TIC, dado os constrangimentos económicos.”; “(...)já está mais ou menos enraizada a divulgação das TIC ao público sénior, mesmo ao nível do país.”</p>	6
	<p>P2: “Até agora a minha estratégia de ensino tem corrido bem(...)”; “(...)às vezes eu tenho três tipos de pessoas nas aulas, os que não sabem quase nada, outros que sabem mais ou menos e outros que fazem a ficha em metade da aula(...)”; “(...)esta minha metodologia de ir ensinando individualmente, penso que está a ter bons resultados.”</p>	3
	<p>P3: “(...)estão numa idade em que já não vão aplicar certos conteúdos na vida ativa(...)”; “(...) é apenas uma hora por semana, temos que saber rentabilizar essa hora com conteúdos que lhe sejam úteis.”; “(...) eu dou aulas na Biblioteca Municipal e temos lá as condições razoáveis(...)”; “(...)a maior parte dos seniores levam os seus computadores portáteis(...)”; “(...) também temos computadores fixos (...)”;</p>	6

	“(…)até os aconselho a utilizar vários computadores para eles não se focalizarem só no seu computador.”	
	<p>P4: “Tinha que haver mais tempo, uma aula por semana não chega para ensinar este público.”; “As turmas deviam ter menos alunos.”; “Existe a necessidade de haver mais recursos em casa dos seniores, isto é, a existência de computadores e Internet para eles praticarem os conteúdos aprendidos nas aulas.”; “(…)sugiro que deveria haver políticas públicas de incentivo financeiro à aquisição de computadores e Internet para os seniores.”; “(…)a própria formação para este público sénior também deveria sofrer algumas alterações(…)”; “(…)devia ser um ensino mais personalizado e mais próximo dos seniores com maior acompanhamento da sua aprendizagem.”</p>	6
	<p>P5: “Nós nunca vamos avançar neste tipo de educação de adultos, nem nunca vamos ter certificação na literacia digital com ensino de voluntariado.”; “Deveria haver um critério de juntar na mesma turma os alunos com os mesmos conhecimentos, pois às vezes o nível de tolerância não funciona e costumam existir incluídos e excluídos.”; “Devia haver um professor remunerado que leciona-se a disciplina como uma coisa séria formal e não informal.”; “(…)os seniores devem encarar aquela disciplina com algum rigor e como algo sério.”; “A necessidade é de tal forma que exige que a disciplina seja formal.”</p>	5
		26
Inferências	Sensibilização das pessoas em idade ativa para a aprendizagem ao longo da vida; Parceria com outras entidades para a divulgação da aprendizagem das TIC na população sénior; Rentabilização do tempo da aula para uma boa utilidade dos conteúdos; Necessidade de haver mais horas de formação por semana e menos alunos por turma; Implementação de políticas públicas de incentivo à aquisição de computadores e de acesso à Internet ao público sénior; Metodologias de ensino mais personalizadas e mais próximas às dificuldades dos seniores; Uniformização de conhecimentos na mesma turma; TIC para seniores: disciplina formal; Necessidade de maior rigor e seriedade na formação em TIC para seniores.	

Apêndice M

Transcrição das entrevistas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

ENTREVISTA S1

Data da entrevista: 2014-04-15

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 18h00

Hora de fim: 18h30

Duração: 30 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu comecei a aprender TIC nesta universidade sénior há sete anos. Neste momento não frequento esta formação, deixei de frequentar há dois anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Durante esses anos aprendi coisas interessantes, mas devido à minha profissão eu já sabia algumas coisas, inclusivamente eu já utilizava a Internet e o *email*. Eu comecei a apaixonar-me pela fotografia e quando me inscrevi foi mais pela fotografia, mas os meus colegas não estavam para aí virados e quando se inscreviam nas TIC eram para iniciar com noções básicas. Mas eu aprendi ainda muita coisa, nomeadamente digitalizar textos e imagens. A parte da fotografia foi mais explorada nas aulas de multimédia que tivemos durante dois anos. Aprendi uma coisa engraçada que é útil, que foi fazer orçamentos e lidar com a economia doméstica que foi utilizar as folhas de cálculo, os gastos diários e semanais. Também aprendi a paginar documentos e a fazer notas de rodapé.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

O fator principal foi para atualização de conhecimentos, depois também foi pela camaradagem, pelo convívio com os outros colegas. Relativamente ao nível cultural do público que frequenta as TIC, este tem características muito diversificadas, temos desde Engenheiros, Advogados, depois temos gente com a 4ª classe e até pessoas que não sabem ler nem escrever e tem aprendido TIC, porque falam sobretudo com os netos. O que eu noto, eu que estou desde a fundação da universidade é que as pessoas estão mais novas. Pessoas que andam lá e quando entraram eram umas tristes, envergonhadas e a aprendizagem das TIC, sobretudo para aquelas pessoas com menos cultura acho que elas se sentem promovidas com este tipo de aprendizagem.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

No meu entender a sociedade civil está sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida e sobretudo a minha geração é ponto de partida. Aliás as universidades seniores contemplam este paradigma e já têm perto de cinquenta anos, mas cá em Portugal são recentes e já estão espalhadas por todo o país em grande número. Esta universidade sénior pertence a uma associação, mas talvez se fosse uma universidade mais autónoma sem ligação a

qualquer associação, talvez funcionasse melhor. É essencial divulgar à comunidade o potencial das TIC na formação ao longo da vida em termos de infoinclusão e integração dos mais velhos na sociedade do conhecimento.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu certamente utilizava o argumento de haver muitas turmas de informática e muitos alunos inscritos nesta disciplina em todas as universidades seniores do país, sendo uma das disciplinas mais procuradas. Esta poderá ser uma grande prova da importância da utilidade que as TIC poderão ter na qualidade de vida dos seniores.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Os conhecimentos de multimédia que obtive, eu aplico muitas vezes no meu quotidiano. Costumo utilizar o *email*, pesquiso informações pontuais sobre horários, lojas, coisas de literatura, tenho aprendido muito com a Internet e até o simples programa de televisão é mais fácil vermos através do computador. Eu gosto muito de História e às vezes até copio imagens para os meus Documentos e fotografia. Nas visitas de estudo que eu faço com os amigos da universidade sénior eu sou a fotógrafa e dedico-me a fazer o CD com as imagens obtidas do passeio. Gosto muito de ir ao Youtube para ouvir música e também tenho perfil no Facebook, que vou lá de vez em quando, mas não gosto muito das redes sociais. Costumo ler jornais, ouço rádio e vejo televisão no meu *smartphone*. Faço marcações de viagens, marco hotéis, vejo os programas de férias, tudo através da Internet. Utilizo a Internet todos os dias e quando vou para fora levo o Notebook comigo.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Atualmente, gostava de obter mais formação em multimédia, pois não há muitos programas gratuitos e eu não me atrevo a pôr programas pagos e gostava de fazer mais algumas coisas. De qualquer maneira, faço filmes através de fotografias, melhoramento de fotografia, ponho música, mas gostava de saber mais...

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

A aprendizagem das TIC estimula o cérebro e isso é muito útil. As pessoas vão para casa e têm que fazer, estão entretidas, porque a maioria das pessoas sobretudo aquelas que estão viúvas e viúvos vão para casa e estão muito sós e a solução era abrir o aparelho da televisão e estarem ali passivos. Assim, a pessoa não está ali tanto tempo a ver televisão, liga o computador e procura alguma informação e zanga-se um pouco com o computador e isso é bom (Risos). Com as TIC as pessoas envelhecem menos mentalmente.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Na universidade há lá senhoras que pareciam umas pessoas acabadas, não tinham interesse por nada, arrastavam o pezinho, lá iam e tal..., sentavam-se muito caladinhas e hoje já discutem informática e dizem “dá-me lá o nome do *site*”, e as pessoas ficam mais despertas e mais vivas e depois a relação entre os mais novos fortalece. Os seniores também se

sentem mais modernos, diminui muito a solidão, quem é que está sozinho com um computador na frente? Ninguém está sozinho...., para os velhos esta aprendizagem das TIC é muito positiva, eles só ficam a ganhar com esta aprendizagem. No meu caso que sou divorciada eu sinto-me mais acompanhada com as TIC, não me sinto tão sozinha. Relativamente aos outros colegas que frequentam as TIC, estes têm características muito diversificadas, temos desde Engenheiros, Advogados, Professores, Funcionários Superiores de empresas, depois temos gente com a 4ª classe e temos gente que não sabe ler nem escrever e tem aprendido TIC, porque falam sobretudo com os netos. O que eu noto, sobretudo eu que estou desde a fundação da universidade é que as pessoas estão mais novas. Pessoas que andam lá e quando entraram eram umas tristes, envergonhadas e a aprendizagem das TIC sobretudo para aquelas pessoas com menos cultura acho que elas se sentem promovidas com este tipo de aprendizagem.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não, já disse tanta coisa, mas talvez em termos de metodologia de ensino das TIC, sugiro que os professores deviam ensinar mais a parte prática virada para a Internet. É verdade que Word desenvolve a ginástica dos dedos, mas levam muito tempo nisso. Passa-se muito tempo do ano no Word, depois passa-se pouco tempo com a Internet, pois eu acho que hoje o mundo é a Internet. Neste contexto, também dedicaram muito pouco tempo a ensinar-nos a utilizar o PowerPoint, acho que este programa também é muito útil para os seniores, por exemplo um conjunto de fotos que a pessoa tira e depois gosta de apresentar aos netos, ou aos filhos, aos vizinhos e aos amigos.

ENTREVISTA S2

Data da entrevista: 2014-04-16

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 10h00

Hora de fim: 10h35

Duração: 35 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu inscrevi-me nas TIC há sete anos. Eu deixei de frequentar esta disciplina há dois anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Eu já tinha *email*, já sabia trabalhar bem com a Internet, tinha conhecimentos de Excel e então o professor na altura passou-me para um nível mais avançado pois ele a mim pouco já me ensinava. Depois passei para um nível mais avançado, onde criei páginas na Internet, blogues, tive também algumas noções de multimédia. Eu acabei por fazer uma página na Internet que está a funcionar há cinco anos, onde coloco lá os meus gostos pessoais, tais como as minhas caminhadas e passeios que vou fazendo. Também aprendi nas aulas a apagar ficheiros temporários, fazer instalação de *software* no computador e a eliminar os vírus nos computadores.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

O principal fator foi para atualizar conhecimentos e também para saber como é que as coisas se faziam, quais eram os passos necessários para chegar aos resultados. Eu tenho um caderninho onde tenho todos os apontamentos sobre os vários programas de informática. Quando me reformei a primeira coisa que fiz foi inscrever-me nas aulas de TIC para alargar e aprofundar os meus conhecimentos. E também para aprender algumas coisas novas e obter alguma cultura nesta área.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Aquilo que eu mais valorizei foi a obtenção de mais experiência e mais conhecimentos novos, tais como, apagar ficheiros temporários, apagar o histórico, sendo tudo isto carga desnecessária para o computador e eu aprendi nas aulas a gerir esta situação. Agora todas as semanas eu já apago o historial. Aprendi também a ter mais atenção aos dados pessoais que são necessários para aceder a determinados serviços *online*. Aprendi também fazer compras *online*, embora eu não faça, mas já faço alguns pagamentos através da Internet. Mas as pessoas ficavam contentes em aprender, esforçam-se para isso, muitas delas mal sabem ler e querem aprender TIC e ficam contentes em falar com os filhos que estão longe.

A grande maioria das pessoas não teve profissões ligadas a este mundo das tecnologias. Estas aulas são frequentadas por pessoas ligadas ao ensino, professores, ligadas à saúde, enfermeiras, e outro pessoal do hospital, auxiliares, e é a disciplina que tem mais alunos inscritos porque as pessoas têm a curiosidade em saber como é que é aquilo e depois ficam entusiasmadas e querem saber mais, mais e mais...

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

O que eu digo a muitas pessoas que andam por aí nos cafés é que nós estamos sempre aprender uns com os outros, os mais novos com os mais velhos e os mais velhos com os mais novos. Sempre aprendemos alguma coisa, aprende-se sempre qualquer coisa. Acho que o convívio entre as pessoas é muito saudável especialmente as pessoas idosas, retirá-las de casa, inseri-las numa sociedade, num meio, com idades muito parecidas, essas pessoas ao fim de um ano estão muito mais contentes e realizadas do que se estivessem em casa. Quem quiser aprender a trabalhar com o computador e Internet deve recorrer a este tipo de formação, mas a universidade é que deve criar condições favoráveis a aprendizagem das TIC para que as pessoas sejam mais alegres, mais ativas, mais comunicativas. Eu digo a todos para irem experimentar as aulas de TIC porque quem lá anda está interessado em aprender e querem saber cada vez mais. Eu muitas vezes ao fim da aula que durava uma hora e era pouco tempo; costumava ir para a Biblioteca, ensinava e acompanhava os meus colegas naquilo que eu já sabia. A aprendizagem das TIC são positivas para aqueles que sabem e querem aprender mais e para aqueles que estão às “escuras”, quando se começa a abrir “uma luzinha” eles querem ir mais além, com algumas dificuldades, com pouco tempo, como lhe digo é uma hora, os alunos são muitos e muitos deles estão a zero e por vezes é difícil o professor apoiar todos.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Eu já tinha vários conhecimentos de TIC, pois na minha vida ativa já trabalhava com os computadores. No meu quotidiano tenho que ir à Internet diariamente. Costumo ver os *emails*, o extrato das faturas, faço alguns jogos *online*, pesquiso no Google informações sobre cidades e países do mundo. Eu consigo fazer circuitos no Google para colocar no GPS e para não me perder. Eu acho que tiro muitas potencialidades das TIC para mim, que me servem no meu dia a dia. Em relação aos *sites* da Administração Pública costumo consultar o site da ADSE, Finanças, Serviços Bancários. As compras *online* é que tenho um pouco de receio e os jornais ainda não me habituei a lê-los através da Internet.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Nenhumas, para o que eu necessito no dia a dia, o que sei é suficiente. A maior parte dos conhecimentos que tenho, eu aprendi à minha custa, eu aprendi sozinho o Word e o Excel. Também fiz alguma projeção de slides através do PowerPoint e também trabalhei com algumas fotografias de forma digital. Mas o que faço regularmente é dinamizar a minha página que tenho na Internet.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Eu pessoalmente, ao nível da memória, do raciocínio e do pensamento melhorei estas componentes com a aprendizagem das TIC. As minhas atividades intelectuais tornaram-se mais fluídas e obtive mais flexibilidade nas minhas operações mentais.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Na minha postura perante a vida, a aprendizagem das TIC não influenciou muito o meu bem-estar social, pois eu sempre fui uma pessoa muito extrovertida. Mas para as pessoas que estão sozinhas e o facto de saberem manejar as informáticas, elas deixam de estar sozinhas para poderem estar acompanhadas, elas podem falar com qualquer pessoa através desse meio. Elas dizem muitas vezes que foi a melhor coisa que lhes aconteceu, foi ter aprendido a utilizar a Internet, para falarem com alguém e até dizem que combinam uma hora para falar umas com as outras. Esta aprendizagem é benéfica para elas e eles se sentem mais incluídos na sociedade e só o facto de terem um *email* é muito importante, sente-se pessoas mais modernas. As TIC é a disciplina nas universidades seniores que cria mais impacto na vida das pessoas e no seu próprio envelhecimento, é aquela que modifica de forma positiva a vida das pessoas, nota-se nessas pessoas mais abertura, o envelhecimento é mais ativo. Havia lá pessoas que reforçavam sempre a ideia “eu já tenho um *email*” e esta expressão demonstrava um sentimento que já podiam comunicar com alguém, já podiam escrever a alguém sem ser através de uma carta normal em papel. As próprias relações entre avós e netos saem melhoradas, pois elas costumam dizer “os meus netos já me ensinam isto e aquilo na Internet”, “ai o meu neto ficou muito contente por ver a avó a mexer no computador”. De modo geral, elas e eles sentem-se muito motivados por estarem a aprender. A própria convivência que existe nas aulas também põe as pessoas muito mais ativas. Eu tenho aqui histórias de pessoas humildes que entravam aqui que pareciam “bichos-de-mato”, estavam lá ao fundo da aula, não falavam com ninguém e ao fim do ano, começaram a “abrir como as rosas”. Eles e elas também costumam ir aos convívios e não são rejeitadas, estão mais integradas socialmente, são mais acarinhadas para ir para o grupo. As TIC permitem que as pessoas convivam além do presencial, podem conviver de forma virtual, cada um estando em sua casa.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Eu sugeria turmas mais pequenas, e turmas homogéneas, isto é, criadas em função dos conhecimentos de cada um. Até o próprio professor ficava muito melhor. Motivar os alunos seniores mais avançados para irem ajudar os professores, criar uma espécie de assistentes aos professores que apoiassem os seniores que estão a iniciar a aprendizagem das TIC e aqueles com mais dificuldade. A ensinar o básico, a ligar o computador, a mexer no rato, criar uma pasta, fazer um texto. Também selecionava melhor os professores de informática, pois, muitos deles não têm competências para dar aulas a este tipo de grupo etário. Existem muitos alunos que já se desmotivaram, pois queriam aprender mais e por parte de alguns professores não obtém essa motivação e alguns acabam por desistir (pausa). Eu acho que as câmaras municipais deveriam intervir mais nas universidades seniores e oferecer mais condições e melhores instalações para que a aprendizagem ao longo da vida se evidencie-se mais e melhor. Seria necessário criar uma comissão de alunos desta universidade para se

fazer a promoção e divulgação da aprendizagem das TIC à comunidade de forma a dar mais dignidade a quem frequenta a universidade. Sugeria também a criação de um Jornal onde aborda-se a temática das TIC e dos seniores, feito por seniores com e sem experiência nesta área. Em relação às políticas sociais para inclusão dos mais velhos seriam fundamental a atuação das Juntas de Freguesia, as associações de bairro poderiam ter uma sala em cada associação onde tivessem os computadores e tinha que ter lá alguém que soubesse alguma coisa para incentivar as pessoas a interessarem-se pelas TIC. Penso também que a câmara poderia disponibilizar um autocarro para as pessoas que moram mais longe do local onde são lecionadas as aulas de TIC para mais facilmente frequentarem este tipo de formação, pois muitas delas não têm carro próprio e não vão. A criação de uma ação social na universidade sénior para angariar meios para ajudar aqueles seniores mais carenciados e sem computador e que estejam interessados em aprender TIC e em adquirir um computador.

Seria também muito útil ouvir a opinião dos alunos, pois estes são os principais interessados nas possíveis mudanças a fazer, dar mais autonomia aos alunos. E quem sabe criar uma comissão de alunos...para instituir políticas mais eficazes, uma vez que há uma grande maioria que já possui computadores, mas ainda há gente que não tem. Também existe já um computador sénior com as teclas e o rato adaptado aos seniores e nós cá nesta universidade temos conhecimento desta situação, mas o seu custo ainda é muito elevado e sem facilidades de pagamento.

Eu penso que de um modo geral, as universidades seniores fazem falta nesta fase da vida às pessoas que se reformam, quem vive nas cidades é bom ter esta possibilidade de conviver com pessoas e tirar dessa convivência experiências de vida e nós entre os alunos vamos aprendendo uns com os outros. Eu ando lá para me divertir um bocadinho, e eu não ando nos psicólogos, mas aceito quem o faça. Eu tenho idade para me divertir, para fazer aquilo de que gosto. Gosto de informática, vou para a informática, gosto de jornalismo e também gosto muito do professor, a aula não é maçadura. Vou para o rancho porque gosto de dançar, ia para o espanhol porque gostava de espanhol. Mas a mais-valia disto tudo, é a convivência entre as pessoas e a experiência de vida que tiram de cada um, levar a vida mais ativa, mais participativa. As pessoas não ficam em casa, saem para a rua. Agora no meu entender, sem gastar nada, era possível dar melhores condições às pessoas.

ENTREVISTA S3

Data da entrevista: 2014-04-18

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 11h00

Hora de fim: 11h25

Duração: 25 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu aprendi TIC nesta universidade há quatro anos atrás.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Eu já tinha alguns conhecimentos, pois enquanto eu estive a trabalhar eu já trabalhava com computadores, eram programas específicos, mas tínhamos acesso à Internet. Já aprendi a pesquisar na Internet e a enviar *emails*. Eu na Internet ainda não arrisco muito porque sei que há alguns perigos. Tenho conta no Facebook, mas ainda não me servi dele. Eu também já aprendi a escrever textos e vou melhorando pouco a pouco.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Muitas famílias têm problemas sociais, estão longe uns dos outros e as TIC permitem comunicar com as pessoas que estão longe, no meu caso procurei aprender TIC para comunicar com os meus familiares que estão no estrangeiro. Agora uma das razões também é para ocupar o tempo, para o entretenimento, e também para ganhar conhecimentos. Como se costuma dizer “O aprender não ocupa lugar” e o computador faz parte da vida moderna ou ativa (pausa) noutro tempo não existia, e agora é bem ir evoluindo com o tempo. Aqui na academia sénior as TIC são procuradas por pessoas de todos os meios, com níveis culturais diferentes, mas há uma certas pessoas que vem para aqui para passar um bocado de tempo.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Atualmente as TIC são uma ferramenta de trabalho, pois hoje milhares de pessoas trabalham com o computador e estão ligadas à Internet e cada vez mais são acessíveis a todos os níveis, uma vez que em todos os setores, as TIC estão presentes. Mesmo as pessoas que não saibam ler nem escrever, um dia mais tarde, estarão aptos a saber utilizar as novas tecnologias. Tudo isto é bom para a sociedade, pois é importante que as pessoas consigam trabalhar com os computadores.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu dizia-lhes que este é um meio para terem mais conhecimentos, para comunicarem e que podem fazer muitas coisas através do computador, pode ser uma ótima ferramenta para ocupar o tempo. Como a informática já se aprende na educação nacional, agora os jovens estão mais aptos a utilizar estes meios do que nós pessoas mais velhas. E também alertava-os para a enorme diversidade de dispositivos onde se pode utilizar a Internet que há para todos os níveis e para todas as bolsas. O mais importante é nós sabermos aprender a trabalhar com estas tecnologias.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Já envio *emails* para o meu filho que está na França e costumo pesquisar alguma informação, principalmente imagens de alguns países do mundo.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Talvez gostava de aprender a fazer compras, pagamentos e a utilizar os serviços bancários, mas para já, tenho um pouco de receio. Agora temos que andar sempre para a frente e tentar aprender cada vez mais coisas novas, a vida é mesmo assim é uma luta constante.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Ao princípio faz um pouco de ansiedade, mas depois é uma coisa boa ao nível da memória, do pensamento, tudo isto trabalha. E também o facto de ver as fotos dos meus netos e filhos através destes meios também me faz bem à mente. Mas também lhe digo uma coisa, é bem que a gente saiba comportar-se com o computador e com a Internet porque ela pode ser viciosa.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Eu não estou muito de acordo com isso, pois há muitas pessoas idosas sozinhas e se estão muito tempo no computador é mau, é melhor saírem, apreciarem a natureza, conversarem um bocadinho com outras pessoas, isto é muito mais saudável e cria mais socialização do que estar muitas horas em frente ao computador. As TIC não devem tirar os valores humanos, da vida real, deve-se limitar a um motivo de comunicação ou trabalho e o bem-estar social faz-se com o convívio entre as pessoas cara a cara.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Eu penso que haviam de fazer uma pesquisa para o nível de cada um, mesmo a pessoa que está lá a dar as aulas ver o nível de cada um, avaliar, e fazer duas turmas com níveis diferentes de conhecimentos. Muitas vezes aparecem ali pessoas ao meio da formação e em vez de irem aprender, vão perturbar o ritmo daqueles que lá estão há mais tempo a aprender. Mas de um modo geral a aprendizagem das TIC é muito positiva, as pessoas vão refrescando a memória.

ENTREVISTA S4

Data da entrevista: 2014-04-20

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 12h00

Hora de fim: 12h35

Duração: 35 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Há três anos que aprendi TIC nesta universidade.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

No programa Word eu consegui ver que tem coisas muito interessantes; antes eu olhava para aquilo e não sabia como funcionava, agora já consigo trabalhar com o programa Word com mais facilidade. Eu também aprendi a trabalhar com o Facebook e gosto muito desta rede social. Mas tenho perfeita consciência dos cuidados que devemos ter com a segurança dos nossos dados pessoais.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Nós não temos uma formação específica, tudo o que fazemos é autodidata e eu queria uma coisa mais específica, para não cometer tantos erros. Eu frequentei as aulas de TIC para saber em concreto trabalhar com alguns programas. Basicamente eu recorri a estas aulas para adquirir mais conhecimento. Na minha vida profissional eu já trabalhava com os computadores, mas só havia programas específicos da empresa, só focalizava a empresa não havia mais nada.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Eu acho que se nós procurarmos os lados positivos destas tecnologias existem coisas interessantes relacionadas com informação, vídeos e uma diversidade de conhecimento que pode ser adquirido através destes meios. No meu caso concreto, eu sofro de Fibromialgia e constantemente através do Google eu procuro informação acerca desta doença e outros assuntos sobre saúde e tem sido útil para mim. E depois aparecem outros artigos sobre educação, instrução e eu vocaciono isso por causa dos meus netos. Tudo isto é benéfico para a minha formação ao longo da vida, as tecnologias abrem novos caminhos e esclarecem as nossas dúvidas de forma rápida. Quando eu encontro um artigo interessante eu costumo partilhá-lo com o público para também sensibilizar certas consciências e ajudar outras pessoas na sua formação.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu primeiro lugar o convívio que a aprendizagem das TIC proporciona, por outro lado o facto de termos acesso às redes sociais permite-nos criar novas amizades virtualmente e conhecer melhor as pessoas. Isto seria por exemplo um argumento. Argumentava também que elas podiam ver filmes e colocar fotografias, é um meio onde as pessoas podem estar entretidas positivamente.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

De modo geral o meu leque de saberes acerca das TIC ficou ligeiramente alargado durante a aprendizagem e no meu quotidiano procuro relembrar e melhorar os conhecimentos que obtive nas aulas. Em concreto no meu dia a dia, costumo enviar *emails*. Pesquiso informação essencialmente sobre saúde e educação, digitalizo fotografias, utilizo Facebook e Twitter. Costumo falar com a família através de mensagens escritas no Facebook e torna-se uma comunicação menos dispendiosa e também pesquiso vídeos no Youtube.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Penso que as competências digitais que possuo agora são suficientes para as minhas necessidades.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Eu penso que foi positivo esta aprendizagem das TIC para melhorar o meu bem-estar mental, pois ajudou-me a melhorar a minha aprendizagem, embora há coisas que eu esqueço a curto prazo, mas o meu leque de informação é muito maior, agora, depois da aprendizagem das TIC. Tudo isto foi muito vantajoso para as minhas capacidades cerebrais, o cérebro não fica tão atrofiado está mais ativo.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Ao nível do meu bem-estar social o impacto foi positivo porque tornou-me uma pessoa mais participativa e ajudou-me a promover o exercício de cidadania. Através das TIC eu divulgo as causas sociais e ambientais em que acredito, desde associações, IPSS, fundações, e diversas organizações mundiais e nacionais. Gosto de partilhar tudo isto com as outras pessoas através da rede. Pela minha experiência eu vejo que as outras pessoas estão mais sensibilizadas para comunicar com os outros e a própria socialização é uma característica que é reforçada. Existe uma comunicação mais rápida com os elementos da família que se encontram longe, isto é, dentro do mesmo país. Mas atualmente é difícil uma pessoa deslocar-se presencialmente para ver os nossos familiares e então eu vou seguindo a minha família através dos meios virtuais. E também estes meios vieram reforçar certas amizades antigas que permanecem através da rede.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

De forma geral, a aprendizagem das TIC é muita positiva ao longo do processo de envelhecimento, pois as pessoas até podem estar sozinhas e no meio virtual nós

encontramos outras pessoas, outras coisas, outras maneiras de viver, outros horizontes (pausa) é uma janela aberta para o mundo. Eu pessoalmente gosto muito de TIC.

ENTREVISTA S5

Data da entrevista: 2014-05-08

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 16h00

Hora de fim: 16h15

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Desde o início em que abriu a universidade há quatro anos, mas depois desisti porque não gostava das metodologias de ensino que vigoravam nas aulas. Eu já sabia algumas coisas nesta área e quando tenham algumas dúvidas os meus filhos ajudam-me.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Essencialmente conteúdos relacionados com a comunicação e multimédia.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

O fator principal foi para me aperfeiçoar, pois eu já trabalhava com a informática, uma vez que a minha profissão era engenheiro eletromecânico e quando trabalhava, eu próprio, geria alguns cursos de informática. Mas eu procurei aprender TIC para adquirir mais prática.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Hoje é impossível viver sem aprender TIC e quem não tem esta aprendizagem ao longo da sua vida não vive a vida de hoje, vive em outro país, está fora da realidade. É obrigatório aprender TIC seja qual for a idade.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu dizia-lhe que é útil e atualmente este conhecimento é imprescindível para todas as pessoas. Hoje é impossível viver sem TIC.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Tenho dois *sites* criados por mim, um inclusive refere-se ao site da universidade sénior e tento dinamizá-lo quase diariamente. Todos os dias eu utilizo a Internet, recebo e envio *emails* para os meus amigos e família. Através da Internet pesquiso informação sobre saúde e sobre horários de transportes públicos. Uso também a Internet através do meu telemóvel e costumo tirar fotografias e enviar para o computador. Às vezes utilizo o Facebook, mas não gosto muito das redes sociais, pois estas expõem muito a nossa privacidade.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Agora não gostava de aprender mais nada, aquilo que sei já me chega para as minhas necessidades.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Existe o desenvolvimento mental, as TIC contribuem muito para a memória, para o raciocínio, para manter ativo o pensamento.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Ao nível social nós sentimo-nos melhor com este conhecimento, pois dominamos a nova linguagem que existe na atual sociedade e ficamos com melhor autoestima. Todas as pessoas deveriam aprender TIC para se integrarem melhor na sociedade. Quem não entrar nesta aprendizagem não vive nos dias de hoje, vive no passado. As TIC ajudam a não envelhecer, mantêm as pessoas ativas, evitam que as pessoas envelheçam.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não.

ENTREVISTA S6

Data da entrevista: 2014-05-08

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 17h00

Hora de fim: 17h15

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Há sete anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Aprendemos imensas coisas, tais como: fazer e guardar pastas, utilizar o PowerPoint, escrever textos. Também aprendemos a digitalizar fotos, a enviar *emails* e a utilizar o Facebook.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

No mesmo ano que me reformei eu vim logo para a universidade a começar a estudar coisas que não tinha tido oportunidade de o fazer enquanto trabalhava. Iniciei a aprendizagem das TIC por curiosidade, pois hoje quem não sabe mexer no computador é como quem não sabe ler. Eu via os meus filhos a mexer no computador e também queria aprender a utilizar o computador e Internet. Tinha vontade de desmistificar a “máquina” e descobrir estas novas tecnologias.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Eu considero as TIC muito importantes na formação ao longo da vida, a Internet é uma coisa fantástica, temos acesso à informação toda, qualquer dúvida que surja, temos resposta para ela. Eu e os meus filhos costumamos pesquisar informação todos juntos e ficamos todos a ter conhecimento do assunto pesquisado.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu dizia-lhe que através de um simples clique podem ter acesso a imensa informação de modo muito mais eficaz e profundo do que andar à procurar nas enciclopédias. As TIC permitem-nos ir ao fulcro da questão, ao pormenor das coisas até ficarmos completamente satisfeitos. Mas muitas das minhas colegas aqui na universidade foram professoras e ainda estão ligadas à tradição, têm um pouco de receio das máquinas e às vezes a memória também já não ajuda. Em algumas aulas eu trago o meu computador portátil e partilho com

elas coisas fantásticas e elas ficam admiradas. Muitas das minhas colegas resistem em aderir às TIC e eu já lhes tenho dito que elas não sabem o que perdem.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Eu utilizo o computador e Internet diariamente para ocupar o meu tempo, para o entretenimento, digitalizo fotos, utilizo o Facebook e até já criei uma página no Facebook sobre a universidade onde coloco fotografias dos nossos passeios, dos eventos realizados, das notícias que vão surgindo na nossa comunidade e temos também criado um grupo de avós onde partilhamos informação. Utilizo o Youtube para ouvir música, os serviços bancários *online*, tenho a caixa direta *online* que é muito cómodo. Em relação aos livros e revistas eu não prescindo do papel, prefiro lê-los em formato papel. Também preparo as apresentações das aulas de história de arte com os conhecimentos de PowerPoint e faço os respetivos diapositivos.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Gostaria de aprofundar o Excel, porque eu gosto muito de fazer contas e orçamentos e este programa é uma ótima ferramenta para os cálculos.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Os impactos foram muito positivos pois eu já não conseguia passar sem TIC, o facto de eu pesquisar muita informação ajuda o meu cérebro a estar ativo e a desenvolver a minha parte intelectual.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

As consequências foram muito boas, se não fossem as TIC como é que eu falava com os meus familiares de Lisboa, pelo telefone não tem o mesmo impacto....

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não. Eu só me custa que tenho aqui muitas amigas minhas e tenho pena que elas ainda resistam em aprender TIC. Eu acho que aprender uma nova tecnologia depois dos 70 anos é um pouco difícil, pois nós temos que recorrer à nossa memória e a nossa memória já não é o que era. Eu aprendi em bom tempo, eu tinha 55 anos e depois faço manutenção, utilizo as TIC todos os dias e isso é muito importante. O segredo está na manutenção e treino diário de manusear estas tecnologias.

ENTREVISTA S7

Data da entrevista: 2014-06-19

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 10h00

Hora de fim: 10h15

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu aprendi TIC há dois anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Eu nem sequer sabia abrir o computador, eu fui para as aulas a zero, não sabia nada. Os meus filhos estavam a trabalhar naquilo e eu até tinha medo de mexer, tinha medo de estragar alguma coisa. Eu comecei a aprender o básico, a ligar e desligar o computador, os meus filhos também me ajudavam em casa, mas a base principal foram as aulas na academia, aí é que eu aprendi praticamente tudo o que sei. Já aprendi várias coisas, como escrever textos, enviar *emails*, pesquisa no Google, visualizar vídeos. Também aprendi a ouvir música e a utilizar o Facebook.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Eu vim para a academia quando abriu e depois fui para as aulas de TIC por incentivo dos meus filhos, uma vez que eles diziam que era bom para mim saber escrever no computador e comunicar com os nossos familiares que estão no estrangeiro. Além disto, também tinha um motivo pessoal em ultrapassar este medo de mexer no computador. Neste sentido, eu própria também queria saber comunicar com as outras pessoas através destes meios e fazer novas amizades.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

As TIC são boas para as gerações mais novas, para mim não terá grande interesse, pois eu sempre fui doméstica, sempre trabalhei em casa e portanto para trabalhar eu não estou assim muito dentro destas coisas. No meu caso, as TIC são mais importantes para comunicar com os meus que estão perto e os que estão longe. As TIC para mim também são úteis para ir ao Google pesquisar aquilo que eu quero. Mas de modo geral considero estes meios muito importantes para todas as idades e com bastante utilidade na formação ao longo da vida.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu aconselho a qualquer pessoa aprender TIC e até posso ensinar o básico, aquilo que eu sei, posso partilhar os meus conhecimentos. Mas dizia aos meus amigos que as TIC são um meio muito rápido para comunicar com as outras pessoas, uma forma formidável de ocupar o tempo e um modo de entretenimento e lazer.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Pesquisei no Google vários assuntos, ouço música, todo o tipo de música, mas em especial Fado e sinto-me muito bem a ouvir aquelas músicas que eu ouvia antigamente. Eu vejo os *emails* que tenho, e envio para os meus amigos e família e utilizo também o Facebook.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Para já estou bem com aquilo que sei, pois para as minhas necessidades o conhecimento que tenho é o suficiente. Eu também já não tenho muitas capacidades em aprender coisas muito complicadas. Para o que eu preciso, isto chega-me.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Para mim foi uma maravilha o facto de saber como ir buscar as músicas, antes tinha o rádio ligado e agora é através do computador que ouço as músicas. Para mim foi a melhor coisa que me aconteceu, o meu cérebro ficou muito melhor, mais leve, a minha mente mais aberta. Agora todos os dias abro o computador e vou à Internet, é quase um vício.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

A este nível eu aumentei a minha autoestima, sinto-me mais incluída socialmente, participo com mais segurança nas atividades sociais, já ultrapassei o medo que tinha dos computadores. Foi uma alegria para mim saber utilizar o computador e Internet, pois o convívio, a comunicação faz-se de outra maneira mais moderna. Tudo isto é muito bom para nossas idades avançadas....

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não.

ENTREVISTA S8

Data da entrevista: 2014-06-19

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 10h30

Hora de fim: 10h45

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu aprendi TIC nesta universidade sénior há dois anos. Quando iniciei as aulas de TIC eu não sabia nada, nem sabia onde eram as teclas do computador.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Já aprendi muita coisa, primeiro comecei com as noções básicas de como ligar e desligar o computador, como mexer no rato e teclado, como escrever e formatar um texto. Depois tivemos umas aulas sobre PowerPoint e Excel e mais tarde tivemos introdução à Internet. Na Internet aprendemos a pesquisar no Google, a enviar *emails* e a utilizar o Facebook. Agora já faço umas “coisitas” com esta aprendizagem....

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Em primeiro lugar, foi pela parte educativa, para complementar a minha educação pessoal, depois tudo isto também melhora a parte física, essencialmente faz bem ao cérebro. Ao nível social foi também pela interação com outras pessoas e também pela socialização. Através da aquisição deste conhecimento também adquirimos mais cultura e isto é uma grande motivação. Tudo isto é muito bom.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

Este conhecimento é muito útil e prático no dia a dia para todas as pessoas em especial para as da minha idade. Quando adquirimos este conhecimento todos nós ficamos mais aptos a enfrentar a atualidade, temos mais ferramentas para acompanhar os mais novos e a nova sociedade. As TIC têm um papel muito positivo na formação ao longo da vida.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu aconselho toda a gente a aprender TIC, e às pessoas da minha idade eu dizia-lhes que este conhecimento era muito bom para elas e trazia muitas vantagens para a sua vida. Neste sentido também dizia que o ambiente das aulas é muito bom e que quando estão no computador não pensam em mais nada e desde que tenham conhecimentos podem fazer

aquilo que quiserem. Eu recomendava a toda a gente ter umas “luzes” de TIC porque isto é bom. Dizia-lhes que as TIC são melhor que o “sofá” (risos).

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Eu sou responsável pelo condomínio do meu prédio e sou eu que faço a escrita através do computador. No meu dia a dia também comunico com os outros colegas da universidade sénior através de *email*, mandamos *emails* com fotos, com mensagens ou outra coisa qualquer. Na pesquisa através do Google vou quase diariamente a sítios onde estive na tropa e vejo imagens dessas terras. A Internet é uma autêntica estrada, conduz-nos a todo o lado, costumo também ouvir música. Eu utilizo o Facebook, já encontrei por lá alguns amigos e costumo partilhar fotos e vídeos. Resumidamente, eu utilizo as TIC no meu quotidiano para escrever textos, pesquisa, ouvir rádio, ler jornais e para comunicar.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Atualmente as competências que tenho já me servem para aquilo que faço todos os dias e também com a prática vou aperfeiçoando algumas coisas e descubro outras. Quando tenho dúvidas recorro aos professores da universidade sénior ou frequento o ano letivo para aprender mais alguma coisa.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

A pessoa com a aprendizagem das TIC fica mais aliviada, com aquilo que vê, com aquilo que faz, fica-se mais esperto. A pessoa não se sente adormecida e apagada; sem sair do mesmo sítio vê-se muita coisa e vai-se a todo o lado. Naquela hora que estamos agarrados ao computador estamos descontraindo a pensar naquilo, esquecemos de tudo. O facto de aprender TIC foi a melhor coisa que fiz para a minha parte intelectual, pois sinto mais rapidez de pensamento e raciocínio. De modo geral sinto que fiquei mais inteligente com novos conhecimentos que nunca pensei em adquirir.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Os impactos no bem-estar social foram muito bons, fazem-se muitos amigos através da Internet. Nas aulas é uma grande equipa é como seja uma família, convivemos muito uns com os outros, participamos em eventos da universidade sénior e trocamos muitos *emails* uns com os outros. Existe muita participação e atividade em todas as pessoas da minha idade. Com a aprendizagem das TIC não envelhecemos. Nós tornamo-nos mais modernos, quase todas as pessoas que frequentam as TIC têm computador portátil e levam-no para as aulas, isto é um orgulho para nós. Todas as pessoas de qualquer idade deveriam ter um conhecimento disto. Eu vou continuar a utilizar o computador e Internet e também conto com a ajuda dos meus netos, esses sim já são uns “ases” neste mundo tecnológico. Nós os mais velhos temos o dever de alertar os nossos netos para os perigos que existem na Internet e impor certa disciplina nas pesquisas e vigiá-los pois eles por vezes não medem os perigos.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não, só queria dizer que as TIC tornam o nosso envelhecimento muito mais ativo e saudável.

ENTREVISTA S9

Data da entrevista: 2014-06-24

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 15h00

Hora de fim: 15h15

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu aprendi TIC nesta universidade há dois anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Aprendemos a escrever um texto e a pesquisar na Internet. Durante esta aprendizagem também criámos uma conta de *email* e uma conta no Facebook.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Eu vim sobretudo para aprender PowerPoint e usar o Excel. O grupinho é muito heterogéneo e cada um tem os seus interesses culturais, as suas motivações e aspirações. Eu já tinha algumas noções de informática. Enquanto estava a exercer a minha profissão, tive uma formação contínua e já trabalhava com o computador para fazer trabalhos, já tinha umas «luzinhas», já utilizava a Internet e já tinha *email*. De modo geral as principais razões que influenciaram a minha escolha foi para ganhar mais conhecimento.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

A importância principal das TIC na formação ao longo da vida é a praticabilidade que nós adquirimos e podemos aplicar no dia a dia em diversas tarefas que executamos. Atualmente todas aquelas coisas que escrevia à mão, agora faço tudo por computador, é muito melhor. Faz falta a toda a gente aprender um pouquinho de informática, senão ficamos ultrapassados.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Essencialmente ao nível da escrita de textos, pois algumas pessoas têm preocupações com a sua caligrafia e no computador a letra é perfeita, e se as pessoas repararem nestes pormenores são facilmente influenciadas a aderirem às TIC. Mesmo em relação ao *email*, eu digo às minhas amigas que é muito importante ter um endereço eletrónico porque nós

fazemos circular mensagens com pensamentos positivos e a comunicação faz-se de forma mais rápida. Através do *email* também circula informação sobre história, geografia e todos nós podemos adquirir conhecimento através deste meio. Basicamente o que eu argumentava era sobre as vantagens da escrita, do *email* e também sobre a pesquisa na Internet.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Utilizo o *email* todos os dias, vejo a meteorologia, pesquiso receitas de culinária, visito *sites* de destino de viagens, costumo enviar a leitura do contador da água através da Internet para o município e também escrevo textos. Este ano pela primeira vez submeti o IRS via Internet, já aderi à e-fatura e consulto a ADSE *online*.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Gostava de aprender a utilizar o Excel.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Melhora o raciocínio, somos obrigados a exercitar a memória, fazem parte da cultura da pessoa e influenciam a sua inteligência, e tudo isto permite-nos que estejamos mais ativos mentalmente. Para mim as TIC fazem-me muito bem ao equilíbrio emocional, consigo fazer aquilo que os outros também fazem, não temos noção da idade, e tudo isto é ótimo.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

Através do *email* há uma comunicação com o outro, podemos enviar ficheiros, e isso facilita muito a nossa interação e participação com a sociedade. Por vezes estamos num grupo de amigos e já temos conhecimentos para argumentar certos assuntos de conversas, isso também nos valoriza e mostramos um bocadinho aquilo que já sabemos. Por exemplo, ao nível dos eventos sociais isto é formidável, pois às vezes nas festas de aniversário tiramos fotografias e posteriormente enviamos por *email* as fotos uma às outras.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Não.

ENTREVISTA S10

Data da entrevista: 2014-06-24

Tipo de entrevista: Presencial

Hora de início: 16h00

Hora de fim: 16h15

Duração: 15 minutos

1. Há quanto tempo aprendeu TIC nesta Universidade Sénior?

Eu aprendi TIC nesta universidade sénior há dois anos.

2. Quais os conteúdos que aprendeu?

Escrever textos e criar *email*.

3. Quais os fatores pessoais, sociais e culturais que influenciaram a sua escolha na aprendizagem das TIC?

Os fatores principais foram para atualizar e aprofundar conhecimentos, para aprender mais alguma coisa acerca das TIC e para estar ativo intelectualmente. As TIC são essenciais para os tempos de hoje, elas estão em todo o lado, seja para a vida particular, seja para atividades comerciais. Eu comecei aprender TIC para obter cultura digital. Atualmente existe uma obrigatoriedade cultural na aprendizagem das TIC, embora ainda haja pessoas que estão renitentes a esta mudança.

4. Qual a importância das TIC na formação ao longo da vida?

As TIC são muitíssimo importantes na vida diária das pessoas, das empresas, e das instituições. Hoje em dia tudo gira à volta das TIC.

5. Quais os argumentos que utilizava para convencer os seus amigos seniores a aprenderem TIC?

Eu dizia-lhe que atualmente quem não souber TIC é como seja quase um analfabeto, e é através do computador que nós chegamos a todo o lado. Era isto que eu dizia: “se não dominas as TIC estás como um analfabeto há quarenta anos”.

6. Quais as competências digitais que obteve durante a aprendizagem das TIC e sua aplicabilidade no quotidiano?

Vejo os meus *emails*, procedo à escrita de textos, faço atas de reuniões das associações que pertencço e pesquiso informação na Internet, nomeadamente destino de viagens. Vejo a meteorologia, leio jornais e ouço música. Em relação ao serviço das Finanças, este ano

submeti o IRS através da Internet e esforcei-me bastante para o fazer, pois a necessidade assim o obriga. Em relação aos perigos da Internet, eu tenho plena consciência que não podemos colocar dados pessoais que comprometam a nossa privacidade e eu estou muito atento a isso.

7. Atualmente, se voltasse a ter formação, que competências digitais gostaria de obter?

Gostava de aperfeiçoar os meus conhecimentos, nomeadamente o processamento de textos porque ainda não tenho muita prática e gostava de aprender mais alguma coisa.

8. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar mental?

Para mim as TIC tem sido muito úteis, tem sido um estímulo à minha capacidade mental, é um desafio à minha aprendizagem. Ao nível cognitivo nós ficamos mais abertos e despertos para o mundo.

9. Quais os impactos que a aprendizagem das TIC causaram no seu Bem-estar social?

As TIC permitem-nos comunicar de forma muito mais rápida. Através das TIC também podemos exercer a nossa cidadania e a socialização também acontece de uma forma mais moderna. Se uma pessoa estiver em casa, tiver conhecimento e acesso à Internet, ela pode interagir com outras pessoas e integrar-se melhor nestes meios tecnológicos. E mesmo ao nível das notícias do concelho, nós temos um *site* da câmara municipal que tem lá muita informação que nós podemos consultar e isto até nos facilita a nossa inclusão social no município. As TIC permitem união, participação e aprendizagem.

10. Existe algum aspeto que não tenha sido abordado e que queira referir?

Eu aconselhava a aprendizagem das TIC a todas as pessoas que estão a envelhecer porque tudo isto é muito positivo. Para mim as TIC são tudo, essenciais, estimulantes, necessárias e eu vou continuar a utilizá-las.

Apêndice N

Análise de conteúdo das entrevistas dos Participantes que já frequentaram uma formação em TIC nas Universidades Seniores

Categoria:

1. Caracterização do entrevistado

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.1. Período temporal da aprendizagem das TIC	S1: “Eu comecei a aprender TIC nesta universidade sénior há sete anos.”; “Neste momento não frequento esta formação, deixei de frequentar há dois anos.”	2
	S2: “Eu inscrevi-me nas TIC há sete anos.”; “Eu deixei de frequentar esta disciplina há dois anos.”	2
	S3: “Eu aprendi TIC nesta universidade há quatro anos atrás.”	1
	S4: “Há três anos que aprendi TIC nesta universidade.”	1
	S5: “(...)há quatro anos(...)”; “(...)já sabia algumas coisas nesta área e quando tenham algumas dúvidas os meus filhos ajudam-me(...)”.	2
	S6: “(...)há sete anos(...)”.	1
	S7: “(...)eu aprendi TIC há dois anos(...)”.	1
	S8: “Eu aprendi TIC nesta universidade sénior há dois anos.”	1
	S9: “Eu aprendi TIC nesta universidade há dois anos.”	1
	S10: “Eu aprendi TIC nesta universidade sénior há dois anos.”	1
		13
Inferências	Sete anos (3 seniores); Quatro anos (2 seniores); Três anos (1 sénior); Dois anos (4 seniores).	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
1.2. Conteúdos aprendidos	S1: “(...)devido à minha profissão eu já sabia algumas coisas, inclusivamente eu já utilizava a Internet e o <i>email</i> (...)”; “(...)digitalizar textos e imagens(...)”; “A parte da fotografia foi mais explorada nas aulas de multimédia.”; “(...)fazer orçamentos e lidar com a economia doméstica(...)”; “(...)utilizar as folhas de cálculo(...)”; “(...)aprendi a paginar documentos e a fazer notas de rodapé.”	6
	S2: “(...)já tinha <i>email</i> , já sabia trabalhar bem com a Internet, tinha conhecimentos de Excel(...)”; “(...)criei páginas na Internet, blogues, tive também algumas noções de multimédia.”; “(...)acabei por fazer uma página na Internet que está a funcionar há cinco anos, onde coloco lá os meus gostos pessoais(...)”; “(...)aprendi nas aulas a apagar ficheiros temporários, fazer instalação de <i>software</i> no computador(...)”; “(...)aprendi também a eliminar os vírus nos computadores.”	5
	S3: “(...)aprendi a pesquisar na Internet e a enviar <i>emails</i> .”; “Tenho conta no Facebook(...)”; “(...)também já aprendi a escrever textos(...)”.	3
	S4: “(...)já consigo trabalhar com o programa Word com mais facilidade(...)”; “(...)também aprendi a trabalhar com o Facebook e gosto muito desta rede social(...)”.	2
	S5: “Essencialmente conteúdos relacionados com a comunicação e multimédia.”	1
	S6: “(...)fazer e guardar pastas(...)”; a utilizar o PowerPoint, a escrever textos(...)”; “(...)a digitalizar fotos, a enviar <i>emails</i> e a utilizar o Facebook.”	3
	S7: “Eu nem sequer sabia abrir o computador, eu fui para as aulas a zero(...)”; “(...)comecei a aprender o básico, a ligar e desligar o computador(...)”; “(...)escrever textos, enviar <i>emails</i> , pesquisa no Google, visualizar vídeos(...)”; “(...)aprendi a ouvir música e a utilizar o Facebook.”	4
	S8: “(...)comecei com as noções básicas de como ligar e desligar o computador(...)”; “(...)mexer no rato e teclado(...)”;	5

	“(…)escrever e formatar um texto(…)”; “(…)tivemos umas aulas sobre PowerPoint e Excel(…)”; “Na Internet aprendemos a pesquisar no Google, a enviar <i>emails</i> e a utilizar o Facebook.”	
	S9: “(…)a escrever um texto e a pesquisar na Internet(…)”; “(…)criámos uma conta de <i>email</i> e uma conta no Facebook.”	2
	S10: “Escrever textos e criar <i>email</i> ”.	1
		32
Inferências	Noções básicas de informática: ligar e desligar o computador, mexer no rato e teclado; Escrita e formatação de texto; Utilização do PowerPoint e Excel; Utilização da Internet: pesquisa, criar/enviar <i>email</i> , Facebook. Digitalização de textos e imagens; Aprendizagem de conteúdos relacionados com comunicação e multimédia; Utilização de folhas de cálculo; Paginação de documentos e elaboração de notas de rodapé; Criação de páginas na Internet; Instalação de <i>software</i> no computador; Eliminação de vírus.	

Categoria:

2. Fatores que influenciaram a escolha na aprendizagem das TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.1. Fatores pessoais	S1: “A razão principal foi para atualização de conhecimentos(...)”.	1
	S2: “(...)para saber como é que as coisas se faziam, quais eram os passos necessários para chegar aos resultados.”; “Quando me reformei a primeira coisa que fiz foi inscrever-me nas aulas de TIC para alargar e aprofundar os meus conhecimentos.”	2
	S3: “(...)ocupar o tempo e para o entretenimento(...)”; “(...)para ganhar conhecimentos(...)”.	2
	S4: “Eu frequentei as aulas de TIC para saber em concreto trabalhar com alguns programas.”; “(...)eu recorri a estas aulas para adquirir mais conhecimento.”	2
	S5: “A razão principal foi para me aperfeiçoar(...)”; “(...)eu procurei aprender TIC para adquirir mais prática.”	2
	S6:	0
	S7: “(...)motivo pessoal em ultrapassar este medo de mexer no computador.”	1
	S8: “(...)foi pela parte educativa, para complementar a minha educação pessoal(...)”; “(...)depois tudo isto também melhora a parte física, essencialmente faz bem ao cérebro.”	2
	S9: “Eu vim sobretudo para aprender PowerPoint e usar o Excel.”; “(...)as principais razões que influenciaram a minha escolha foi para ganhar mais conhecimento.”	2
	S10: “(...)atualizar e aprofundar conhecimentos(...)”; “(...)aprender mais alguma coisa acerca das TIC(...)”; “(...)para estar ativo intelectualmente.”	3
		17
Inferências	Atualização e aquisição de conhecimentos; Ocupação do tempo; Entretenimento; Aperfeiçoamento e aquisição de prática; Ultrapassar o medo de mexer no computador; Complemento da educação pessoal; Aprendizagem de PowerPoint e Excel; Permanência da atividade intelectual.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.2. Fatores sociais	S1: “(...)pela camaradagem(...)”; “(...)pelo convívio com os outros colegas.”	2
	S2:	0
	S3: “(...)procurei aprender TIC para comunicar com os meus familiares que estão no estrangeiro.”	1
	S4:	0
	S5:	0
	S6:	0
	S7: “(...)eu própria também queria saber comunicar com as outras pessoas através destes meios e fazer novas amizades.”	1
	S8: “Ao nível social foi também pela interação com outras pessoas e também pela socialização.”	1
	S9:	0
	S10:	0
		5
Inferências	Convívio com outros colegas; Comunicação com familiares que estão no estrangeiro; Comunicação com outras pessoas; Criação de novas amizades; Socialização.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
2.3. Fatores culturais	S1: “Relativamente ao nível cultural do público que frequenta as TIC, este tem características muito diversificadas, temos desde Engenheiros, Advogados, depois temos gente com a 4ª classe e até pessoas que não sabem ler nem escrever e tem aprendido TIC, porque falam sobretudo com os netos.”; “(...)aprendizagem das TIC sobretudo para aquelas pessoas com menos cultura, acho que elas se sentem promovidas com este tipo de aprendizagem.”	2
	S2: “(...)para aprender algumas coisas novas e obter alguma cultura nesta área.”	1
	S3: “(...)na academia sénior as TIC são procuradas por pessoas de todos os meios, com níveis culturais diferentes(...)”.	1
	S4:	0
	S5:	0
	S6: “Iniciei a aprendizagem das TIC por curiosidade(...)”; “Eu via os meus filhos a mexer no computador e também queria aprender a utilizar o computador e Internet.”; “Tinha vontade de desmistificar a “máquina” e descobrir estas novas tecnologias.”	3
	S7:	
	S8: “(...)através da aquisição deste conhecimento também adquirimos mais cultura e isto é uma grande motivação.”	1
	S9: “O grupinho é muito heterogéneo e cada um tem os seus interesses culturais, as suas motivações e aspirações.”	1
	S10: “Eu comecei aprender TIC para obter cultura digital, nós já não podemos passar sem computadores(...)”; “(...)obrigatoriedade cultural na aprendizagem das TIC(...)”.	2
		11
Inferências	Nível cultural diversificado do público que frequenta as TIC; Aprendizagem de coisas novas; Aquisição de cultura na área das TIC; Curiosidade; Desmistificação da máquina; Descoberta das novas tecnologias; Obtenção de cultura digital; Obrigatoriedade cultural na aprendizagem das TIC.	

Categoria:

3. TIC e formação

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.1. Importância das TIC na formação ao longo da vida	S1: “No meu entender a sociedade civil está sensibilizada para a aprendizagem ao longo da vida(...)”; “(...)a minha geração é ponto de partida.”; “É essencial divulgar à comunidade o potencial das TIC na formação ao longo da vida em termos de infoinclusão e integração dos mais velhos na sociedade do conhecimento.”	3
	S2: “Aquilo que eu mais valorizei foi a obtenção de mais experiência e mais conhecimentos novos(...)”; “Aprendi também a ter mais atenção aos dados pessoais que são necessários para aceder a determinados serviços <i>online</i> .”; “Aprendi também fazer compras <i>online</i> , embora eu não faça, mas já faço alguns pagamentos através da Internet.”; “(...)as pessoas ficavam contentes em aprender, esforçam-se para isso, muitas delas mal sabem ler e querem aprender TIC e ficam contentes em falar com os filhos que estão longe.”; “(...)é a disciplina que tem mais alunos inscritos porque as pessoas têm a curiosidade em saber como é que é aquilo e depois ficam entusiasmadas e querem saber mais, mais e mais...”;	5
	S3: “Atualmente as TIC são uma ferramenta de trabalho(...)”; “(...)cada vez mais são mais acessíveis a todos os níveis, uma vez que em todos os setores as TIC estão presentes.”; “(...)as pessoas que não saibam ler nem escrever, um dia mais tarde, estarão aptos a saber utilizar as novas tecnologias.”; “(...)é bom para a sociedade, pois é importante que as pessoas consigam trabalhar com os computadores.”	4
	S4: “(...)acho que se nós procurarmos os lados positivos destas tecnologias existem coisas interessantes relacionadas com informação, vídeos e uma diversidade de conhecimento que pode ser adquirido através destes meios.”; “(...)eu sofro de Fibromialgia e constantemente através do Google eu procuro informação acerca	3

	desta doença e outros assuntos sobre saúde e tem sido útil para mim.”; “Tudo isto é benéfico para a minha formação ao longo da vida, as tecnologias abrem novos caminhos e esclarecem as nossas dúvidas de forma rápida.”	
	S5: “Hoje é impossível viver sem aprender TIC(...)”; “(...)quem não tem esta aprendizagem ao longo da sua vida não vive a vida de hoje, vive em outro país, está fora da realidade.”; “É obrigatório aprender TIC seja qual for a idade.”	3
	S6: “(...)considero as TIC muito importantes na formação ao longo da vida.”; “(...)a Internet é uma coisa fantástica, temos acesso à informação toda, qualquer dúvida que surja, temos resposta para ela.”	2
	S7: “No meu caso, as TIC são mais importantes para comunicar com os meus que estão perto e os que estão longe.”; “As TIC para mim também são úteis para ir ao Google pesquisar aquilo que eu quero.”; “(...)de modo geral considero estes meios muito importantes para todas as idades e com bastante utilidade na formação ao longo da vida.”	3
	S8: “(...)este saber não ocupa lugar(...)”; “Este conhecimento é muito útil e prático no dia a dia para todas as pessoas em especial para as da minha idade.”; “Quando adquirimos este conhecimento todos nós ficamos mais aptos a enfrentar a atualidade (...)”; “(...)temos mais ferramentas para acompanhar os mais novos e a nova sociedade.”; “As TIC têm um papel muito positivo na formação ao longo da vida.”	5
	S9: “(...)é a praticabilidade que nós adquirimos e podemos aplicar no dia a dia em diversas tarefas que executamos.”; “Atualmente todas aquelas coisas que escrevia à mão, agora faço tudo por computador, é muito melhor(...)”; “Faz falta a toda a gente aprender um pouquinho de informática, senão ficamos ultrapassados.”	3
	S10: “As TIC são muitíssimo importantes na vida diária das pessoas, das empresas, e das instituições.”; “Hoje em dia tudo gira à volta das TIC.”	2

		33
Inferências	<p>Divulgação do potencial das TIC: infoinclusão e integração dos mais velhos na sociedade do conhecimento; Obtenção de mais experiência e conhecimentos; Disciplina com mais pessoas inscritas; TIC: ferramenta de trabalho presente em todos os setores; Utilidade das TIC para a sociedade; Aquisição de uma diversidade de conhecimento; Utilidade da pesquisa de informações sobre saúde para benefício próprio na formação ao longo da vida; Obrigatoriedade em aprender TIC em qualquer idade; Aquisição de ferramentas para acompanhar os mais novos e a nova sociedade; Papel positivo das TIC na formação ao longo da vida; Praticabilidade das TIC e aplicação no cotidiano em diversas tarefas; Importância das TIC na vida diária das pessoas, das empresas e das instituições; Envolvimento das TIC no mundo.</p>	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
3.2. Argumentos para convencer as pessoas idosas a aprenderem TIC	S1: “Eu certamente utilizava o argumento de haver muitas turmas de informática e muitos alunos inscritos nesta disciplina em todas as universidades seniores do país(...)”; “Esta poderá ser uma grande prova da importância da utilidade que as TIC poderão ter na qualidade de vida dos seniores.”	2
	S2: “(...)nós estamos sempre aprender uns com os outros, os mais novos com os mais velhos e os mais velhos com os mais novos.”; “(...)o convívio entre as pessoas é muito saudável especialmente as pessoas idosas(...)”; “Quem quiser aprender a trabalhar com o computador e Internet deve recorrer a este tipo de formação, mas a universidade é que deve criar condições favoráveis a aprendizagem das TIC para que as pessoas sejam mais alegres, mais ativas, mais comunicativas.”; “Eu digo a todos para irem experimentar as aulas de TIC porque quem lá anda está interessado em aprender e querem saber cada vez mais.”; “(...)muitas vezes ao fim da aula que durava uma hora e era pouco tempo, costumava ir para a Biblioteca, ensinava e acompanhava os meus colegas naquilo que eu já sabia.”	5
	S3: “(...)dizia-lhes que este é um meio para terem mais conhecimentos, para comunicarem e que podem fazer muitas coisas através do computador(...)”; “(...)uma ótima ferramenta para ocupar o tempo.”; “(...)alertava-os para a enorme diversidade de dispositivos onde se pode utilizar a Internet(...)”; “O mais importante é nós sabermos aprender a trabalhar com estas tecnologias.”	4
	S4: “Eu primeiro lugar o convívio que a aprendizagem das TIC proporciona(...)”; “(...)facto de termos acesso às redes sociais permite-nos criar novas amizades virtualmente(...)”; “Argumentava também que elas podiam ver filmes e colocar fotografias(...)”, “(...)meio onde as pessoas podem estar entretidas positivamente.”	4
	S5: “Eu dizia-lhe que é útil(...)”; “(...)atualmente este conhecimento é	2

	imprescindível para todas as pessoas.”	
	S6: “Eu dizia-lhe que através de um simples clique podem ter acesso a imensa informação de modo muito mais eficaz e profundo(...)”; “As TIC permitem-nos ir ao fulcro da questão, ao pormenor das coisas até ficarmos completamente satisfeitos(...)”; “Muitas das minhas colegas resistem em aderir às TIC e eu já lhes tenho dito que elas não sabem o que perdem.”	3
	S7: “(...)aconselho a qualquer pessoa aprender TIC(...)”; “(...)até posso ensinar o básico, aquilo que eu sei, posso partilhar os meus conhecimentos.”; “(...)dizia aos meus amigos que as TIC são um meio muito rápido para comunicar com as outras pessoas(...)”; “(...)forma formidável de ocupar o tempo e um modo de entretenimento e lazer.”	4
	S8: “(...)aconselho toda a gente a aprender TIC(...)”; “(...)às pessoas da minha idade eu dizia-lhes que este conhecimento era muito bom para elas e trazia muitas vantagens para a sua vida.”; “(...)também dizia que o ambiente das aulas é muito bom(...)”; “(...)quando estão no computador não pensam em mais nada(...)”; “(...)desde que tenham conhecimentos podem fazer aquilo que quiserem.”; “Dizia-lhes que as TIC são melhor que o “sofá”.”	6
	S9: “Essencialmente ao nível da escrita de textos, pois algumas pessoas têm preocupações com a sua caligrafia e no computador a letra é perfeita, e se as pessoas repararem nestes pormenores são facilmente influenciadas a aderirem às TIC.”; “Mesmo em relação ao <i>email</i> , eu digo às minhas amigas que é muito importante ter um endereço eletrónico porque nós fazemos circular mensagens com pensamentos positivos e a comunicação faz-se de forma mais rápida.”; “Basicamente o que eu argumentava era sobre as vantagens da escrita, do <i>email</i> e também sobre a pesquisa na Internet.”	3
	S10: “(...)dizia-lhe que atualmente quem não souber TIC é como seja quase um analfabeto(...)”; “(...)é através do	2

	computador que nós chegamos a todo o lado.”	
		35
Inferências	Existência de muitas turmas de informática com muitos alunos inscritos nesta disciplina; Aprendizagem intergeracional; Convívio; Motivação em aprender cada vez mais; Partilha de conhecimentos; Meio para aquisição de conhecimentos; Ferramenta para comunicar e para ocupar o tempo; Entretenimento; Lazer; Utilidade; Conhecimento imprescindível para todas as pessoas; Acesso à informação mais eficaz e profundo; Aulas com bom ambiente; Forma de distração; Vantagens da escrita, <i>email</i> e pesquisa na Internet; Computador permite ir a todo o lado; Desconhecimento de TIC significa analfabetismo.	

Categoria:

4. Competências digitais adquiridas na aprendizagem das TIC

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.1. Aplicabilidade das competências digitais no quotidiano	S1: “Os conhecimentos de multimédia que obtive, eu aplico muitas vezes no meu quotidiano.”; “Costumo utilizar o <i>email</i> , pesquiso informações pontuais sobre horários, lojas, coisas de literatura(...)”; “(...)tenho aprendido muito com a Internet(...)”; “(...)até o simples programa de televisão é mais fácil vermos através do computador.”; “Nas visitas de estudo que eu faço com os amigos da universidade sénior eu sou a fotógrafa e dedico-me a fazer o CD com as imagens obtidas do passeio.”; “Gosto muito de ir ao Youtube para ouvir música(...)”; “(...)tenho perfil no Facebook(...)”; “Costumo ler jornais, ouço rádio e vejo televisão no meu <i>smartphone</i> .”; “Faço marcações de viagens, marco hotéis, vejo os programas de férias, tudo através da Internet.”; “Utilizo a Internet todos os dias e quando vou para fora levo o Notebook comigo.”	10
	S2: “(...)já tinha vários conhecimentos de TIC, pois na minha vida ativa já trabalhava com os computadores.”; “No meu quotidiano tenho que ir à Internet diariamente.”; “Costumo ver os <i>emails</i> , o extrato das faturas, faço alguns jogos <i>online</i> (...)”; “(...)pesquisei no Google informações sobre cidades e países do mundo.”; “Eu consigo fazer circuitos no Google para colocar no GPS e para não me perder.”; “Eu acho que tiro muitas potencialidades das TIC para mim, que me servem no meu dia a dia.”; “Em relação aos <i>sites</i> da administração pública costumo consultar o site da ADSE, Finanças, Serviços Bancários.”; “As compras <i>online</i> é que tenho um pouco de receio(...)”.	8
	S3: “(...)envio <i>emails</i> para o meu filho que está na França(...)”; “(...)costumo pesquisar alguma informação, principalmente imagens de alguns países do mundo.”	2
	S4: “(...)no meu quotidiano procuro	6

	relembrar e melhorar os conhecimentos que obtive nas aulas.”; “(...)no meu dia a dia costumo enviar <i>emails</i> (...)”; “Pesquisa informação essencialmente sobre saúde e educação(...)”; “(...)digitalizo fotografias(...)”; “(...)utilizo Facebook, Twitter, costumo falar com a família através de mensagens escritas no Facebook, torna-se uma comunicação menos dispendiosa(...)”; “(...)costumo pesquisar vídeos no Youtube.”	
	S5: “Tenho dois <i>sites</i> criados por mim(...)”; “(...)um inclusive refere-se ao <i>site</i> da universidade sénior e tento dinamizá-lo quase diariamente.”; “Todos os dias eu utilizo a Internet, recebo e envio <i>emails</i> para os meus amigos e família.”; “Através da Internet pesquiso informação sobre saúde e sobre horários de transportes públicos.”; “Uso também a Internet através do meu telemóvel e costumo tirar fotografias e enviar para o computador.”; “Às vezes utilizo o Facebook, mas não gosto muito das redes sociais, pois estas expõem muito a nossa privacidade.”	6
	S6: “(...)utilizo o computador e Internet diariamente para ocupar o meu tempo(...)”; “(...)para o entretenimento(...)”; “(...)digitalizo fotos(...)”; “(...)criei uma página no Facebook sobre a universidade onde coloco fotografias dos nossos passeios(...)”; “Utilizo o Youtube para ouvir música.”; “(...)tenho a caixa direta <i>online</i> que é muito cómodo.”; “(...)preparo as apresentações das aulas de história de arte com os conhecimentos de PowerPoint e faço os respetivos diapositivos.”	7
	S7: “Pesquisei no Google vários assuntos(...)”; “(...)ouço música(...)”; “(...)vejo os <i>emails</i> que tenho, e envio para os meus amigos e família(...)”; “(...)utilizo também o Facebook.”	4
	S8: “Eu sou responsável pelo condomínio do meu prédio e sou eu que faço a escrita através do computador.”; “No meu dia a dia também comunico com os outros colegas da universidade sénior através de <i>email</i> (...)”; “Na pesquisa através do Google vou quase diariamente a sítios onde estive	5

	na tropa e vejo imagens dessas terras.”; “(…)costumo também ouvir música(…)”; “(…)utilizo o Facebook, já encontrei por lá alguns amigos e costumo partilhar fotos e vídeos.”	
	S9: “Utilizo o <i>email</i> todos os dias(…)”; “(…)vejo a meteorologia(…)”; “(…)pesquisei receitas de culinária(…)”; “(…)visito <i>sites</i> de destino de viagens(…)”, “(…)costumo enviar a leitura do contador da água através da Internet para o município.”; “Escrevo textos.”; “Este ano pela primeira vez submeti o IRS via Internet e já aderi à e-fatura(…)”; “Consulto a ADSE <i>online</i> .”	8
	S10: “Vejo os meus <i>emails</i> (…)”; “(…)procedo à escrita de textos, faço atas de reuniões das associações que pertencem(…)”; “(…)pesquisei informação na Internet(…)”; “Vejo a meteorologia, leio jornais e ouço música.”; “(…)este ano submeti o IRS através da Internet.”	5
		61
Inferências	Comunicação: utilização do <i>email</i> (amigos, família e colegas da universidade sénior), Facebook, Twitter; Escrita de textos e elaboração de atas das reuniões das associações e condomínio; Pesquisa: notícias, saúde, viagens, educação, meteorologia, culinária, horários de transportes públicos, lojas, países e cidades do mundo; literatura; Interação com a Administração Pública, Finanças (IRS, e-fatura), ADSE, Serviços Bancários; Entretenimento: digitalização de fotos, pesquisa de música no Youtube, Jogos, leitura de Jornais e partilha de vídeos; Utilização do PowerPoint para elaboração de diapositivos para as aulas da universidade sénior.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
4.2. Aquisição de mais competências digitais	S1: “Atualmente, gostava de obter mais formação em multimédia(...)”; “De qualquer maneira, faço filmes através de fotografias, melhoramento de fotografia, ponho música, mas gostava de saber mais(...)”.	2
	S2:	0
	S3: “(...)gostava de aprender a fazer compras, pagamentos e a utilizar os serviços bancários(...)”.	1
	S4:	0
	S5:	0
	S6: “Gostaria de aprofundar o Excel, porque eu gosto muito de fazer contas e orçamentos e este programa é uma ótima ferramenta para os cálculos.”	1
	S7:	0
	S8:	0
	S9: “Gostava de aprender a utilizar o Excel.”	1
	S10: “Gostava de aperfeiçoar os meus conhecimentos, nomeadamente o processamento de textos porque ainda não tenho muita prática.”	1
		6
Inferências	Multimédia (fotografia); Compras e pagamentos <i>online</i> ; Utilização de serviços bancários; Excel (orçamentos, cálculos); Processamento de textos.	

Categoria:

5. Impactos da aprendizagem das TIC no Bem-estar ao longo do processo de envelhecimento

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
5.1. Impactos no Bem-estar mental	S1: “A aprendizagem das TIC estimula o cérebro e isso é muito útil.”; “Com as TIC as pessoas envelhecem menos mentalmente.”	2
	S2: “Eu pessoalmente, ao nível da memória, do raciocínio e do pensamento melhorei estas componentes com a aprendizagem das TIC.”; “As minhas atividades intelectuais tornaram-se mais fluídas(...)”; “(...)obtive mais flexibilidade nas minhas operações mentais.”	3
	S3: “(...)uma coisa boa ao nível da memória, do pensamento, tudo isto trabalha(...)”; “(...)também o facto de ver as fotos dos meus netos e filhos através destes meios também me faz bem à mente.”; “(...)é bem que a gente saiba comportar-se com o computador e com a Internet porque ela pode ser viciosa.”	3
	S4: “Eu penso que foi positivo esta aprendizagem das TIC para melhorar o meu bem-estar mental pois ajudou-me a melhorar a minha aprendizagem(...)”; “(...)o meu leque de informação é muito maior, agora, depois da aprendizagem das TIC.”; “(...)isto foi muito vantajoso para a minhas capacidades cerebrais, o cérebro não fica tão atrofiado está mais ativo(...)”.	3
	S5: “(...)existe o desenvolvimento mental(...)”; “(...)as TIC contribuem muito para a memória, para o raciocínio, para manter ativo o pensamento.”	2
	S6: “Os impactos foram muito positivos pois eu já não conseguia passar sem TIC(...)”; “(...)o facto de eu pesquisar muita informação ajuda o meu cérebro a estar ativo e a desenvolver a minha parte intelectual.”	2
	S7: “Para mim foi uma maravilha o facto de saber ir buscar as músicas, antes tinha o rádio ligado e agora é através do computador que ouço as músicas.”; “(...)foi a melhor coisa que me	4

	aconteceu(...)”; “(...)o meu cérebro ficou muito melhor, mais leve, a minha mente mais aberta.”; “(...)todos os dias abro o computador e vou à Internet, é quase um vício.”	
	S8: “A pessoa com a aprendizagem das TIC fica mais aliviada, com aquilo que vê, com aquilo que faz, fica-se mais esperto.”; “A pessoa não se sente adormecida e apagada(...)”; “(...)sem sair do mesmo sítio vê-se muita coisa e vai-se a todo o lado.”; “Naquela hora que estamos agarrados ao computador estamos descontraindo a pensar naquilo, esquecemos de tudo.”; “O facto de aprender TIC foi a melhor coisa que fiz para a minha parte intelectual(...)”; “(...)sinto mais rapidez de pensamento e raciocínio.”; “(...)fiquei mais inteligente com novos conhecimentos que nunca pensei em adquirir.”	7
	S9: “Melhora o raciocínio, somos obrigados a exercitar a memória(...)”; “(...)fazem parte da cultura da pessoa e influenciam a sua inteligência(...)”; “(...)tudo isto permite-nos que estejamos mais ativos mentalmente(...)”; “Para mim as TIC fazem-me muito bem ao equilíbrio emocional(...)”; “(...)consigo fazer aquilo que os outros também fazem, não temos noção da idade(...)”.	5
	S10: “Para mim as TIC tem sido muito úteis(...)”; “(...)tem sido um estímulo à minha capacidade mental(...)”; “(...)um desafio à minha aprendizagem.”; “Ao nível cognitivo nós ficamos mais abertos e despertos para o mundo.”	4
		35
Inferências	Estímulo do cérebro; Menor envelhecimento mental; Flexibilidade das operações mentais; Desenvolvimento mental: memória, raciocínio e pensamento mais ativos; Melhoramento e Desenvolvimento do bem-estar mental; Desafio à aprendizagem; Menor atrofia do cérebro; Atividade cerebral; Vício; Abertura da mente; Esperteza; Inteligência; Descontração; Rapidez de pensamento e raciocínio; Equilíbrio emocional; Rejuvenescimento; Sentimento de utilidade; Estímulo à capacidade mental; Desenvolvimento cognitivo.	

Subcategorias	Unidades de Registo/Indicadores	Nº Registos/Ocorrências
5.2. Impactos no Bem-estar social	<p>S1: “(...)pessoas ficam mais despertas e mais vivas(...)”; (...)a relação entre os mais novos fortalece.”; “Os seniores também se sentem mais modernos.”; “(...)diminui muito a solidão.”; “(...)para os velhos esta aprendizagem das TIC é muito positiva, eles só ficam a ganhar com esta aprendizagem.”; “No meu caso que sou divorciada eu sinto-me mais acompanhada com as TIC, não me sinto tão sozinha.”; “(...)as pessoas estão mais novas.”; “(...)aprendizagem das TIC sobretudo para aquelas pessoas com menos cultura acho que elas se sentem promovidas com este tipo de aprendizagem.”</p>	8
	<p>S2: “(...)para as pessoas que estão sozinhas e o facto de saberem manejar as informáticas, elas deixam de estar sozinhas para poderem estar acompanhadas(...)”; “(...)elas podem falar com qualquer pessoa através desse meio.”; “Elas dizem muitas vezes que foi a melhor coisa que lhes aconteceu, foi ter aprendido a utilizar a Internet(...)”; “Esta aprendizagem é benéfica para elas e eles se sentirem mais incluídos na sociedade e só o facto de terem um <i>email</i> é muito importante, sente-se pessoas mais modernas.”; “As TIC é a disciplina nas universidades seniores que criam mais impacto na vida das pessoas e no seu próprio envelhecimento, é aquela que modifica de forma positiva a vida das pessoas(...)”; “(...)nota-se nessas pessoas mais abertura, o envelhecimento é mais ativo.”; “Havia lá pessoas que reforçavam sempre a ideia “eu já tenho um <i>email</i>” e esta expressão demonstrava um sentimento que já podiam comunicar com alguém, já podiam escrever a alguém sem ser através de uma carta normal em papel.”; “As próprias relações entre avós e netos saem melhoradas, pois elas costumam dizer “os meus netos já me ensinam isto e aquilo na Internet”(...)”, “De modo geral elas e eles sentem-se muito motivados por estarem a</p>	13

	<p>aprender.”; “A própria convivência que existe nas aulas também põe as pessoas muito mais ativas.”; “(...)tenho aqui histórias de pessoas humildes que entravam aqui que pareciam “bichos-de-mato”, estavam lá ao fundo da aula, não falavam com ninguém e ao fim do ano, começaram a “abrir como as rosas”(...); “(...)estão mais integradas socialmente, são mais acarinhadas para ir para o grupo(...”); “As TIC permitem que as pessoas convivam além do presencial, podem conviver de forma virtual, cada um estando em sua casa.”</p>	
	<p>S3: “(...)há muitas pessoas idosas sozinhas e se estão muito tempo no computador é mau, é melhor saírem, apreciarem a natureza(...”); “(...)conversarem um bocadinho com outras pessoas, isto é muito mais saudável e cria mais socialização do que estar muitas horas em frente ao computador(...”); “As TIC não devem tirar os valores humanos, da vida real, deve-se limitar a um motivo de comunicação ou trabalho(...”); “(...)bem-estar social faz-se com o convívio entre as pessoas cara a cara.”</p>	4
	<p>S4: “Ao nível do meu bem-estar social o impacto foi positivo porque tornou-me uma pessoa mais participativa(...”); “(...)ajudou-me a promover o exercício de cidadania.”; “Através das TIC eu divulgo as causas sociais e ambientais em que acredito, desde associações, IPSS, fundações, e diversas organizações mundiais e nacionais.”; “Pela minha experiência eu vejo que as outras pessoas estão mais sensibilizadas para comunicar com os outros.”; “(...)a própria socialização é uma característica que é reforçada.”; “Existe uma comunicação mais rápida com os elementos da família que se encontram longe, isto é, dentro do mesmo país.”; “(...)atualmente é difícil uma pessoa deslocar-se presencialmente para ver os nossos familiares e então eu vou seguindo a minha família através dos meios virtuais.”; “(...)estes meios vieram reforçar certas amizades antigas e permanecem através da rede.”</p>	8
	<p>S5: “Ao nível social nós sentimo-nos</p>	5

	<p>melhor com este conhecimento(...); “(...)dominamos a nova linguagem que existe na atual sociedade e ficamos com melhor autoestima.”; “Todas as pessoas deveriam aprender TIC para se integrarem melhor na sociedade.”; “Quem não entrar nesta aprendizagem não vive nos dias de hoje, vive no passado.”; “As TIC ajudam a não envelhecer, mantêm as pessoas ativas(...)”.</p>	
	<p>S6: “(...)se não fossem as TIC como é que eu falava com os meus familiares de Lisboa, pelo telefone não tem o mesmo impacto(...)”; “As consequências foram muito boas(...)”.</p>	2
	<p>S7: “A este nível eu aumentei a minha autoestima, sinto-me mais incluída socialmente(...)”; “(...)participo com mais segurança nas atividades sociais(...)”; “(...)já ultrapassei o medo que tinha dos computadores.”; “Foi uma alegria para mim saber utilizar o computador e Internet pois o convívio, a comunicação faz-se de outra maneira mais moderna.”; “Tudo isto é muito bom para nossas idades avançadas(...)”.</p>	5
	<p>S8: “Os impactos no bem-estar social foram muito bons, fazem-se muitos amigos através da Internet.”; “Nas aulas é uma grande equipa é como seja uma família.”; “(...)trocamos muitos <i>emails</i> uns com os outros(...)”; “Existe muita participação e atividade em todas as pessoas da minha idade(...)”; “Com a aprendizagem das TIC não envelhecemos(...)”; “(...)tornamo-nos mais modernos, quase todas as pessoas que frequentam as TIC têm computador portátil e levam-no para as aulas, isto é um orgulho para nós.”; “Todas as pessoas de qualquer idade deveriam ter um conhecimento disto.”; “(...)vou continuar a utilizar o computador e Internet e também conto com a ajuda dos meus netos(...)”; “Nós os mais velhos temos o dever de alertar os nossos netos para os perigos que existem na Internet(...)”.</p>	9
	<p>S9: “Através do <i>email</i> há uma comunicação com o outro, podemos enviar ficheiros, e isso facilita muito a nossa interação e participação com a</p>	3

	sociedade.”; “(...)estamos num grupo de amigos e já temos conhecimentos para argumentar certos assuntos de conversas, isso também nos valoriza e mostramos um bocadinho aquilo que já sabemos.”; “(...)ao nível dos eventos sociais isto é formidável, pois às vezes nas festas de aniversário tiramos fotografias e posteriormente enviamos por <i>email</i> as fotos uma às outras.”	
	S10: “As TIC permitem-nos comunicar de forma muito mais rápida.”; “Através das TIC também pudemos exercer a nossa cidadania e a socialização também acontece de uma forma mais moderna.”; “Se uma pessoa estiver em casa, tiver conhecimento e acesso à Internet, ela pode interagir com outras pessoas(...).”; “(...)mesmo ao nível das notícias do concelho, nós temos um <i>site</i> da câmara municipal que tem lá muita informação que nós podemos consultar e isto até nos facilita a nossa inclusão social no município.”; “As TIC permitem união, participação e aprendizagem.”	5
		62
Inferências	Relações intergeracionais reforçadas; Sentimento de modernidade; Diminuição da solidão; Autoestima; Comunicação; Inclusão social; Inclusão digital; Modificação positiva na vida das pessoas; Envelhecimento mais ativo; Motivação; Participação no mundo real e virtual; Promoção do exercício de cidadania; Socialização reforçada; Entretenimento; Fortalecimento de amizades antigas; Domínio da nova linguagem; Atualização de conhecimentos; Atividade; Superação do medo de mexer no computador; Jovialidade; Alegria; Convívio; Orgulho; União; Participação.	

ANEXOS

Anexo 1

***Output* do Questionário A: participantes com aprendizagem em TIC**

Fatores que explicam a escolha pela aprendizagem das TIC

Por curiosidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	37	19,9	19,9	19,9
	Não	149	80,1	80,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para conviver

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	62	33,3	33,3	33,3
	Não	124	66,7	66,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para atualizar conhecimentos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	120	64,5	64,5	64,5
	Não	66	35,5	35,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para usar mais e melhor o computador que tenho em casa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	90	48,4	48,4	48,4
	Não	96	51,6	51,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para ocupar o meu tempo

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	46	24,7	24,7	24,7
	Não	140	75,3	75,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Por necessidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	19	10,2	10,2	10,2
	Não	167	89,8	89,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para comunicar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	77	41,4	41,4	41,4
	Não	109	58,6	58,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para estar ativo intelectualmente

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	97	52,2	52,2	52,2
Não	89	47,8	47,8	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Por lazer

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	49	26,3	26,3	26,3
Não	137	73,7	73,7	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Para utilizar serviços disponíveis na Internet (ex. compras, bancos, finanças)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	45	24,2	24,2	24,2
Não	141	75,8	75,8	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Para me sentir mais autônomo com o computador

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	72	38,7	38,7	38,7
Não	114	61,3	61,3	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Para procurar e experimentar novas tecnologias

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	70	37,6	37,6	37,6
Não	116	62,4	62,4	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Para me sentir incluído digitalmente

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	41	22,0	22,0	22,0
Não	145	78,0	78,0	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Para acompanhar os mais novos

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sim	44	23,7	23,7	23,7
Não	142	76,3	76,3	100,0
Total	186	100,0	100,0	

Outra Razão

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	11	5,9	5,9	5,9
	Não	175	94,1	94,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	8	4,3	4,3	4,3
	Não	178	95,7	95,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Interesses que levam os participantes a aprender TIC**Escrever textos**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	70	37,6	37,6	37,6
	Não	116	62,4	62,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	90	48,4	48,4	48,4
	Não	96	51,6	51,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Usar o correio eletrônico (email) para receber e enviar mensagens

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	123	66,1	66,1	66,1
	Não	63	33,9	33,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Usar o Skype para falar com outras pessoas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	84	45,2	45,2	45,2
	Não	102	54,8	54,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Usar os motores de busca (ex. Google) para pesquisa na Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	116	62,4	62,4	62,4
	Não	70	37,6	37,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Ler jornais/revistas e outras fontes de informação

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	66	35,5	35,5	35,5
	Não	120	64,5	64,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Pesquisar informações sobre saúde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	58	31,2	31,2	31,2
	Não	128	68,8	68,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Usar sites da Administração Pública

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	32	17,2	17,2	17,2
	Não	154	82,8	82,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Utilizar redes sociais (Facebook/ Twitter)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	75	40,3	40,3	40,3
	Não	111	59,7	59,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	5	2,7	2,7	2,7
	Não	181	97,3	97,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	6	3,2	3,2	3,2
	Não	180	96,8	96,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Dificuldades encontradas na aprendizagem das TIC

O número de aulas por semana é muito pouco

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	111	59,7	59,7	59,7
	Não	75	40,3	40,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Tenho dificuldades em ler no monitor do computador

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	10	5,4	5,4	5,4
	Não	176	94,6	94,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Tenho dificuldades em usar o rato do computador

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	19	10,2	10,2	10,2
	Não	167	89,8	89,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Tenho dificuldades com o teclado do computador

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	16	8,6	8,6	8,6
	Não	170	91,4	91,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Tenho dificuldades nos programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	54	29,0	29,0	29,0
	Não	132	71,0	71,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Falta-me habilitações escolares

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	19	10,2	10,2	10,2
	Não	167	89,8	89,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Falta-me conhecimentos anteriores em TIC

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	61	32,8	32,8	32,8
	Não	125	67,2	67,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Falta de um local para poder praticar após a aula

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	19	10,2	10,2	10,2
	Não	167	89,8	89,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Falta de tempo disponível para praticar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	14,0	14,0	14,0
	Não	160	86,0	86,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	49	26,3	26,3	26,3
	Não	137	73,7	73,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não consigo acompanhar o resto da turma

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,5	6,5	6,5
	Não	174	93,5	93,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outra

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	9	4,8	4,8	4,8
	Não	177	95,2	95,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	27	14,5	14,5	14,5
	Não	159	85,5	85,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Que gostava de aprender, ainda, em matéria de computadores?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não preciso de aprender mais nada, apenas quero consolidar conhecimentos	44	23,7	23,7	23,7
	Gostava de aprender	88	47,3	47,3	71,0
	Não sabe/Não responde	54	29,0	29,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Gostava de aprender

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hardware	1	,5	1,2	1,2
	Software utilitário	38	20,4	46,3	47,6
	Comunicação	36	19,4	43,9	91,5
	Pesquisa	7	3,8	8,5	100,0
	Total	82	44,1	100,0	
Missing	System	104	55,9		
Total		186	100,0		

Gostava de aprender

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hardware	1	,5	1,2	1,2
	Software utilitário	32	17,2	39,0	40,2
	Comunicação	29	15,6	35,4	75,6
	Pesquisa	13	7,0	15,9	91,5
	Entretenimento	7	3,8	8,5	100,0
	Total	82	44,1	100,0	
Missing	System	104	55,9		
Total		186	100,0		

Onde é que normalmente utiliza o computador?

Casa própria

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	155	83,3	83,3	83,3
	Não	31	16,7	16,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Casa de amigos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	5	2,7	2,7	2,7
	Não	181	97,3	97,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Casa de familiares (filhos/netos)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	30	16,1	16,1	16,1
	Não	156	83,9	83,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Universidade Sénior

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	146	78,5	78,5	78,5
	Não	40	21,5	21,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Junta de Freguesia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	3	1,6	1,6	1,6
	Não	183	98,4	98,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Centro de Dia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	186	100,0	100,0	100,0

Associação recreativa/cultural/desportiva

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	7	3,8	3,8	3,8
	Não	179	96,2	96,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Escola

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	3	1,6	1,6	1,6
	Não	183	98,4	98,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Locais públicos com Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	13	7,0	7,0	7,0
	Não	173	93,0	93,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,1	1,1
	Não	184	98,9	98,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	3	1,6	1,6	1,6
	Não	183	98,4	98,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Com que frequência é que utiliza o computador?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Diariamente	92	49,5	49,5	49,5
	Duas a três vezes por semana	42	22,6	22,6	72,0
	Uma vez por semana	45	24,2	24,2	96,2
	Duas a três vezes por mês	2	1,1	1,1	97,3
	Uma vez por mês	1	,5	,5	97,8
	Outro	2	1,1	1,1	98,9
	Não sabe/Não responde	2	1,1	1,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Nessa utilização quanto tempo/horas passa em média no computador?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Menos de 1 hora	44	23,7	23,7	23,7
	1-2 horas	109	58,6	58,6	82,3
	3-4 horas	26	14,0	14,0	96,2
	Mais de 5 horas	3	1,6	1,6	97,8
	Não sabe/Não responde	4	2,2	2,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para que é que utiliza o computador?

Para escrever textos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	103	55,4	55,4	55,4
	Não	83	44,6	44,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para aceder à Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	157	84,4	84,4	84,4
	Não	29	15,6	15,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para digitalizar fotos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	52	28,0	28,0	28,0
	Não	134	72,0	72,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para jogar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	44	23,7	23,7	23,7
	Não	142	76,3	76,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para ouvir música

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	43	23,1	23,1	23,1
	Não	143	76,9	76,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Ver filmes

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,5	6,5	6,5
	Não	174	93,5	93,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Enviar/receber emails

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	116	62,4	62,4	62,4
	Não	70	37,6	37,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	7	3,8	3,8	3,8
	Não	179	96,2	96,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	7	3,8	3,8	3,8
	Não	179	96,2	96,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Com que frequência é que acede à internet?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Diariamente	84	45,2	45,2	45,2
	Duas a três vezes por semana	44	23,7	23,7	68,8
	Uma vez por semana	40	21,5	21,5	90,3
	Duas a três vezes por mês	2	1,1	1,1	91,4
	Uma vez por mês	1	,5	,5	91,9
	Outro	2	1,1	1,1	93,0
	Não sabe/Não responde	13	7,0	7,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Nessa utilização quanto tempo passa em média na internet?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Menos de 1 hora	56	30,1	30,1	30,1
	1-2 horas	96	51,6	51,6	81,7
	3-4 horas	19	10,2	10,2	91,9
	Mais de 5 horas	1	,5	,5	92,5
	Nunca ou quase nunca	3	1,6	1,6	94,1
	Não sabe/Não responde	11	5,9	5,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para que é que utiliza a Internet?

Para procurar informação

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	127	68,3	68,3	68,3
	Não	59	31,7	31,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Enviar emails

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	121	65,1	65,1	65,1
	Não	65	34,9	34,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para falar com familiares e amigos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	87	46,8	46,8	46,8
	Não	99	53,2	53,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Como forma de ocupação dos tempos livres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	69	37,1	37,1	37,1
	Não	117	62,9	62,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para efetuar pagamentos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	15	8,1	8,1	8,1
	Não	171	91,9	91,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Para compras

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	9	4,8	4,8	4,8
	Não	177	95,2	95,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Relações com o Banco

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	21	11,3	11,3	11,3
	Não	165	88,7	88,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Relações com a Administração Pública

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	14,0	14,0	14,0
	Não	160	86,0	86,0	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Tratamento de documentos (impostos, certidões, etc.)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	25	13,4	13,4	13,4
	Não	161	86,6	86,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Pesquisa de informações sobre saúde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	53	28,5	28,5	28,5
	Não	133	71,5	71,5	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Utilizar o Facebook ou outra rede social

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	73	39,2	39,2	39,2
	Não	113	60,8	60,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	3	1,6	1,6	1,6
	Não	183	98,4	98,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	10	5,4	5,4	5,4
	Não	176	94,6	94,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A quem é que normalmente envia emails?

Familiares

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	104	55,9	55,9	55,9
	Não	82	44,1	44,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Amigos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	115	61,8	61,8	61,8
	Não	71	38,2	38,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Cônjuge/companheiro/namorado

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	20	10,8	10,8	10,8
	Não	166	89,2	89,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Colegas de trabalho

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	25	13,4	13,4	13,4
	Não	161	86,6	86,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Colegas da universidade sénior

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	74	39,8	39,8	39,8
	Não	112	60,2	60,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,1	1,1
	Não	184	98,9	98,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não envia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	25	13,4	13,4	13,4
	Não	161	86,6	86,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	19	10,2	10,2	10,2
	Não	167	89,8	89,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Na sua opinião a Internet tem algum perigo?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	152	81,7	82,2	82,2
	Não	14	7,5	7,6	89,7
	Não sabe/Não responde	19	10,2	10,3	100,0
	Total	185	99,5	100,0	
Missing	System	1	,5		
Total		186	100,0		

Perigos da Internet

Roubos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	64	34,4	41,3	41,3
	Não	91	48,9	58,7	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Fraude

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	101	54,3	65,2	65,2
	Não	54	29,0	34,8	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Expor as crianças a conteúdos indesejados

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	116	62,4	74,8	74,8
	Não	39	21,0	25,2	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Criação de dependência/ vício

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	88	47,3	56,8	56,8
	Não	67	36,0	43,2	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Invasão de privacidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	88	47,3	56,8	56,8
	Não	67	36,0	43,2	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Estímulo à violência

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	41	22,0	26,5	26,5
	Não	114	61,3	73,5	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	60	32,3	38,7	38,7
	Não	95	51,1	61,3	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Leva ao afastamento familiar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	60	32,3	38,7	38,7
	Não	95	51,1	61,3	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,3	1,3
	Não	153	82,3	98,7	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	1	,5	,6	,6
	Não	154	82,8	99,4	100,0
	Total	155	83,3	100,0	
Missing	System	31	16,7		
Total		186	100,0		

Como encara o seu próprio Envelhecimento?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Com preocupação	31	16,7	16,7	16,7
	Com otimismo	22	11,8	11,8	28,5
	Com naturalidade	124	66,7	66,7	95,2
	Outro	1	,5	,5	95,7
	Não sabe/Não responde	8	4,3	4,3	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Muito Satisfeito	30	16,1	16,2	16,2
	Satisfeito	128	68,8	69,2	85,4
	Pouco Satisfeito	16	8,6	8,6	94,1
	Nada Satisfeito	1	,5	,5	94,6
	Não sabe/Não responde	10	5,4	5,4	100,0
	Total	185	99,5	100,0	
Missing	System	1	,5		
Total		186	100,0		

Impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento

A aprendizagem das TIC estimula a memória

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	116	62,4	62,4	62,4
	Não	70	37,6	37,6	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	87	46,8	46,8	46,8
	Não	99	53,2	53,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove o exercício da cidadania

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	32	17,2	17,2	17,2
	Não	154	82,8	82,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove a comunicação

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	102	54,8	54,8	54,8
	Não	84	45,2	45,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove a inclusão social

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	35	18,8	18,8	18,8
	Não	151	81,2	81,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC melhora as relações entre familiares (filhos/netos)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	45	24,2	24,2	24,2
	Não	141	75,8	75,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	84	45,2	45,2	45,2
	Não	102	54,8	54,8	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir o isolamento

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	63	33,9	33,9	33,9
	Não	123	66,1	66,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	87	46,8	46,8	46,8
	Não	99	53,2	53,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta a autoestima

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	50	26,9	26,9	26,9
	Não	136	73,1	73,1	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta a autonomia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	49	26,3	26,3	26,3
	Não	137	73,7	73,7	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta o sentimento de modernidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	48	25,8	25,8	25,8
	Não	138	74,2	74,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove o bem-estar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	48	25,8	25,8	25,8
	Não	138	74,2	74,2	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove condições para melhorar a formação ao longo da vida

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	70	37,6	37,6	37,6
	Não	116	62,4	62,4	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Outra

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,1	1,1
	Não	184	98,9	98,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,1	1,1
	Não	184	98,9	98,9	100,0
	Total	186	100,0	100,0	

Anexo 2

***Output* do Questionário B: participantes sem aprendizagem em TIC**

Fatores que explicam a não aprendizagem das TIC

É muito difícil

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	60	31,9	31,9	31,9
	Não	128	68,1	68,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Não tenho interesse

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	54	28,7	28,7	28,7
	Não	134	71,3	71,3	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Não tenho computador

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	48	25,5	25,5	25,5
	Não	140	74,5	74,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Muito caro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	16	8,5	8,5	8,5
	Não	172	91,5	91,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Não tenho habilitações escolares

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	16	8,5	8,5	8,5
	Não	172	91,5	91,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Por motivos de saúde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	13,8	13,8	13,8
	Não	162	86,2	86,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Já não tenho idade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	32	17,0	17,0	17,0
	Não	156	83,0	83,0	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,4	6,4	6,4
	Não	176	93,6	93,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,4	6,4	6,4
	Não	176	93,6	93,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Gostava de aprender Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) - Computador

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não necessita	98	52,1	52,1	52,1
	Sim	46	24,5	24,5	76,6
	Nunca pensou nisso	38	20,2	20,2	96,8
	Não sabe/Não responde	6	3,2	3,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Gostava de aprender Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) - Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não necessita	98	52,1	52,1	52,1
	Sim	42	22,3	22,3	74,5
	Nunca pensou nisso	36	19,1	19,1	93,6
	Não sabe/Não responde	12	6,4	6,4	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

**Na sua opinião, a aprendizagem das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC):
computador e Internet é**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Positiva	174	92,6	92,6	92,6
	Não sabe/Não responde	14	7,4	7,4	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Se utilizasse o computador, em que local gostaria de o utilizar?**Casa própria**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	150	79,8	79,8	79,8
	Não	38	20,2	20,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Casa de amigos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	8	4,3	4,3	4,3
	Não	180	95,7	95,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Casa de familiares (filhos/netos)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	14	7,4	7,4	7,4
	Não	174	92,6	92,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Universidade Sénior

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	30	16,0	16,0	16,0
	Não	158	84,0	84,0	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Junta de Freguesia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	2,1	2,1
	Não	184	97,9	97,9	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Centro de Dia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	2,1	2,1
	Não	184	97,9	97,9	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Associação recreativa/cultural/desportiva

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	14	7,4	7,4	7,4
	Não	174	92,6	92,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Escola

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	2	1,1	1,1	1,1
	Não	186	98,9	98,9	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Locais públicos com Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	18	9,6	9,6	9,6
	Não	170	90,4	90,4	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	188	100,0	100,0	100,0

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	18	9,6	9,6	9,6
	Não	170	90,4	90,4	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Se utilizasse o computador, para que finalidade o utilizava?**Para escrever textos**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	104	55,3	55,3	55,3
	Não	84	44,7	44,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para aceder à Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	140	74,5	74,5	74,5
	Não	48	25,5	25,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para digitalizar fotos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	42	22,3	22,3	22,3
	Não	146	77,7	77,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para jogar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	22	11,7	11,7	11,7
	Não	166	88,3	88,3	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para ouvir música

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	30	16,0	16,0	16,0
	Não	158	84,0	84,0	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Ver filmes

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	13,8	13,8	13,8
	Não	162	86,2	86,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Enviar/receber emails

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	60	31,9	31,9	31,9
	Não	128	68,1	68,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	2,1	2,1
	Não	184	97,9	97,9	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,4	6,4	6,4
	Não	176	93,6	93,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Se utilizasse a Internet, para que finalidade a utilizava?**Para procurar informação**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	132	70,2	70,2	70,2
	Não	56	29,8	29,8	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Enviar emails

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	92	48,9	48,9	48,9
	Não	96	51,1	51,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para falar com familiares e amigos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	72	38,3	38,3	38,3
	Não	116	61,7	61,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Como forma de ocupação dos tempos livres

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	48	25,5	25,5	25,5
	Não	140	74,5	74,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para efetuar pagamentos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	10	5,3	5,3	5,3
	Não	178	94,7	94,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Para compras

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	2,1	2,1
	Não	184	97,9	97,9	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Relações com o Banco

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	6	3,2	3,2	3,2
	Não	182	96,8	96,8	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Relações com a Administração Pública

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	8	4,3	4,3	4,3
	Não	180	95,7	95,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Tratamento de documentos (impostos, certidões, etc.)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	16	8,5	8,5	8,5
	Não	172	91,5	91,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Pesquisar informações sobre saúde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	32	17,0	17,0	17,0
	Não	156	83,0	83,0	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Utilizar o Facebook ou outra rede social

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	24	12,8	12,8	12,8
	Não	164	87,2	87,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	188	100,0	100,0	100,0

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	13,8	13,8	13,8
	Não	162	86,2	86,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Na sua opinião a Internet tem algum perigo

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	166	88,3	88,3	88,3
	Não	6	3,2	3,2	91,5
	Não sabe/Não responde	16	8,5	8,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Perigos da Internet

Roubos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	44	23,4	26,5	26,5
	Não	122	64,9	73,5	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Fraude

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	74	39,4	44,6	44,6
	Não	92	48,9	55,4	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Expor as crianças a conteúdos indesejados

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	90	47,9	54,2	54,2
	Não	76	40,4	45,8	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Criação de dependência/ vício

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	42	22,3	25,3	25,3
	Não	124	66,0	74,7	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Invasão de privacidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	46	24,5	27,7	27,7
	Não	120	63,8	72,3	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Estímulo à violência

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	34	18,1	20,5	20,5
	Não	132	70,2	79,5	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Leva ao afastamento das relações interpessoais presenciais

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	62	33,0	37,3	37,3
	Não	104	55,3	62,7	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Leva ao afastamento familiar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	38	20,2	22,9	22,9
	Não	128	68,1	77,1	100,0
	Total	166	88,3	100,0	
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	166	88,3	100,0	100,0
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	166	88,3	100,0	100,0
Missing	System	22	11,7		
Total		188	100,0		

Como encara o seu próprio Envelhecimento

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Com preocupação	42	22,3	22,3	22,3
	Com otimismo	46	24,5	24,5	46,8
	Com naturalidade	98	52,1	52,1	98,9
	Não sabe/Não responde	2	1,1	1,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Qual o grau de satisfação que tem com a sua vida em geral

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Muito Satisfeito	32	17,0	17,0	17,0
	Satisfeito	116	61,7	61,7	78,7
	Pouco Satisfeito	24	12,8	12,8	91,5
	Nada Satisfeito	12	6,4	6,4	97,9
	Não sabe/Não responde	4	2,1	2,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Sente que os seniores são tratados de forma diferente se não tiverem conhecimentos no âmbito das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC): computador e Internet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	70	37,2	37,2	37,2
	Não	80	42,6	42,6	79,8
	Não sabe/Não responde	38	20,2	20,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

“As TIC só são úteis aos jovens.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	13,8	37,1	37,1
	Não	44	23,4	62,9	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Sempre vivi sem TIC.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	46	24,5	65,7	65,7
	Não	24	12,8	34,3	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Faço a minha vida sem TIC.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	46	24,5	65,7	65,7
	Não	24	12,8	34,3	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Burro velho não aprende novas línguas.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	24	12,8	34,3	34,3
	Não	46	24,5	65,7	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Os seniores são conservadores e incapazes de mudar.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	22	11,7	31,4	31,4
	Não	48	25,5	68,6	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Os seniores não aprendem, são desatentos, não prestam atenção a nada.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	12	6,4	17,1	17,1
	Não	58	30,9	82,9	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

“Os seniores não têm futuro, já deram o que tinham a dar.”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	8	4,3	11,4	11,4
	Não	62	33,0	88,6	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

Outro

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	5,7	5,7
	Não	66	35,1	94,3	100,0
	Total	70	37,2	100,0	
Missing	System	118	62,8		
Total		188	100,0		

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	4	2,1	5,4	5,4
	Não	70	37,2	94,6	100,0
	Total	74	39,4	100,0	
Missing	System	114	60,6		
Total		188	100,0		

Impactos da aprendizagem das TIC ao longo do processo de envelhecimento

A aprendizagem das TIC estimula a memória

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	74	39,4	39,4	39,4
	Não	114	60,6	60,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	48	25,5	25,5	25,5
	Não	140	74,5	74,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove o exercício da cidadania

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	46	24,5	24,5	24,5
	Não	142	75,5	75,5	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove a comunicação

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	94	50,0	50,0	50,0
	Não	94	50,0	50,0	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove a inclusão social

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	68	36,2	36,2	36,2
	Não	120	63,8	63,8	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC melhora as relações entre familiares (filhos/netos)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	38	20,2	20,2	20,2
	Não	150	79,8	79,8	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir a solidão

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	84	44,7	44,7	44,7
	Não	104	55,3	55,3	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC ajuda a diminuir o isolamento

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	44	23,4	23,4	23,4
	Não	144	76,6	76,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC torna o envelhecimento mais ativo

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	60	31,9	31,9	31,9
	Não	128	68,1	68,1	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta a autoestima

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	42	22,3	22,3	22,3
	Não	146	77,7	77,7	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta a autonomia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	56	29,8	29,8	29,8
	Não	132	70,2	70,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC aumenta o sentimento de modernidade

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	50	26,6	26,6	26,6
	Não	138	73,4	73,4	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove o bem-estar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	52	27,7	27,7	27,7
	Não	136	72,3	72,3	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

A aprendizagem das TIC promove condições para melhorar a formação ao longo da vida

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	44	23,4	23,4	23,4
	Não	144	76,6	76,6	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Outra

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não	188	100,0	100,0	100,0

Não sabe/Não responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sim	26	13,8	13,8	13,8
	Não	162	86,2	86,2	100,0
	Total	188	100,0	100,0	

Anexo A

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 1: «Para atualizar conhecimentos e Habilitações Literárias»

Tabela 2: «Para estar ativo intelectualmente e Rendimento»

Tabela3: «Para me sentir mais autónomo com o computador e Género»

Tabela 1: Cruzamento entre as variáveis «Para atualizar conhecimentos e Habilitações Literárias»

			Para atualizar conhecimentos		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	7	12	19
		Expected Count	12,3	6,7	19,0
		% within Para atualizar conhecimentos	5,8%	18,5%	10,3%
		Adjusted Residual	-2,7	2,7	
	Instrução primária	Count	21	20	41
		Expected Count	26,6	14,4	41,0
		% within Para atualizar conhecimentos	17,5%	30,8%	22,2%
		Adjusted Residual	-2,1	2,1	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	35	15	50
		Expected Count	32,4	17,6	50,0
		% within Para atualizar conhecimentos	29,2%	23,1%	27,0%
		Adjusted Residual	,9	-,9	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	33	9	42
		Expected Count	27,2	14,8	42,0
		% within Para atualizar conhecimentos	27,5%	13,8%	22,7%
		Adjusted Residual	2,1	-2,1	
	Curso Superior incompleto	Count	2	3	5
		Expected Count	3,2	1,8	5,0
		% within Para atualizar conhecimentos	1,7%	4,6%	2,7%
		Adjusted Residual	-1,2	1,2	
	Curso Superior completo	Count	20	5	25
		Expected Count	16,2	8,8	25,0
		% within Para atualizar conhecimentos	16,7%	7,7%	13,5%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Mestrado	Count	2	1	3
		Expected Count	1,9	1,1	3,0
		% within Para atualizar conhecimentos	1,7%	1,5%	1,6%
		Adjusted Residual	,1	-,1	
Total	Count		120	65	185
	Expected Count		120,0	65,0	185,0
	% within Para atualizar conhecimentos		100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,811 ^a	6	,007
Likelihood Ratio	17,741	6	,007
Linear-by-Linear Association	9,747	1	,002
N of Valid Cases	185		

Tabela 2: Cruzamento entre as variáveis «Para estar ativo intelectualmente e Rendimento»

			Para estar ativo intelectualmente		Total
			Sim	Não	
Valor aproximado do rendimento do agregado familiar	Menos de 500 euros	Count	7	5	12
		Expected Count	6,3	5,7	12,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	7,2%	5,6%	6,5%
		Adjusted Residual	,4	-,4	
	Entre 500 e 750 euros	Count	7	13	20
		Expected Count	10,4	9,6	20,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	7,2%	14,6%	10,8%
		Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Entre 750 e 1000 euros	Count	17	11	28
		Expected Count	14,6	13,4	28,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	17,5%	12,4%	15,1%
		Adjusted Residual	1,0	-1,0	
	Entre 1000 e 1500 euros	Count	28	16	44
		Expected Count	22,9	21,1	44,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	28,9%	18,0%	23,7%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Entre 1500 e 2000 euros	Count	11	4	15
		Expected Count	7,8	7,2	15,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	11,3%	4,5%	8,1%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Mais de 2000 euros	Count	14	10	24
		Expected Count	12,5	11,5	24,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	14,4%	11,2%	12,9%
		Adjusted Residual	,6	-,6	
	Não sabe/Não responde	Count	13	30	43
		Expected Count	22,4	20,6	43,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	13,4%	33,7%	23,1%
		Adjusted Residual	-3,3	3,3	
Total		Count	97	89	186
		Expected Count	97,0	89,0	186,0
		% within Para estar ativo intelectualmente	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,033 ^a	6	,009
Likelihood Ratio	17,404	6	,008
Linear-by-Linear Association	2,346	1	,126
N of Valid Cases	186		

Tabela 3: Cruzamento entre as variáveis «Para me sentir mais autónomo com o computador e Género»

		Para me sentir mais autónomo com o computador		Total
		Sim	Não	
Género	Feminino			
	Count	39	82	121
	Expected Count	46,8	74,2	121,0
	% within Para me sentir mais autónomo com o computador	54,2%	71,9%	65,1%
	Adjusted Residual	-2,5	2,5	
	Count	33	32	65
	Expected Count	25,2	39,8	65,0
Masculino	% within Para me sentir mais autónomo com o computador	45,8%	28,1%	34,9%
	Adjusted Residual	2,5	-2,5	
	Count	72	114	186
Total	Expected Count	72,0	114,0	186,0
	% within Para me sentir mais autónomo com o computador	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6,125 ^a	1	,013		
Continuity Correction ^b	5,368	1	,021		
Likelihood Ratio	6,069	1	,014		
Fisher's Exact Test				,018	,010
Linear-by-Linear Association	6,092	1	,014		
N of Valid Cases	186				

Anexo B

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 4: «Não tenho interesse e Habilitações Literárias»

Tabela 5: «Não tenho computador e Rendimento»

Tabela 4: «Não tenho interesse e Habilitações Literárias»

			Não tenho interesse		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	4	44	48
		Expected Count	13,8	34,2	48,0
		% within Não tenho interesse	7,4%	32,8%	25,5%
		% of Total	2,1%	23,4%	25,5%
		Adjusted Residual	-3,6	3,6	
	Instrução primária	Count	26	50	76
		Expected Count	21,8	54,2	76,0
		% within Não tenho interesse	48,1%	37,3%	40,4%
		% of Total	13,8%	26,6%	40,4%
		Adjusted Residual	1,4	-1,4	
	Antigo 5 ° ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	8	24	32
		Expected Count	9,2	22,8	32,0
		% within Não tenho interesse	14,8%	17,9%	17,0%
		% of Total	4,3%	12,8%	17,0%
		Adjusted Residual	-,5	,5	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	10	12	22
		Expected Count	6,3	15,7	22,0
		% within Não tenho interesse	18,5%	9,0%	11,7%
		% of Total	5,3%	6,4%	11,7%
		Adjusted Residual	1,8	-1,8	
	Curso Superior incompleto	Count	0	2	2
		Expected Count	,6	1,4	2,0
		% within Não tenho interesse	0,0%	1,5%	1,1%
		% of Total	0,0%	1,1%	1,1%
		Adjusted Residual	-,9	,9	
	Curso Superior completo	Count	6	2	8
		Expected Count	2,3	5,7	8,0
		% within Não tenho interesse	11,1%	1,5%	4,3%
		% of Total	3,2%	1,1%	4,3%
		Adjusted Residual	3,0	-3,0	
Total		Count	54	134	188
		Expected Count	54,0	134,0	188,0
		% within Não tenho interesse	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	28,7%	71,3%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	23,264 ^a	5	,000
Likelihood Ratio	24,983	5	,000
Linear-by-Linear Association	14,091	1	,000
N of Valid Cases	188		

Tabela 5: «Não tenho computador e Rendimento»

			Não tenho computador		Total
			Sim	Não	
Valor aproximado do rendimento do agregado familiar	Menos de 500 euros	Count	12	6	18
		Expected Count	4,6	13,4	18,0
		% within Não tenho computador	25,0%	4,3%	9,6%
		% of Total	6,4%	3,2%	9,6%
		Adjusted Residual	4,2	-4,2	
	Entre 500 e 750 euros	Count	12	18	30
		Expected Count	7,7	22,3	30,0
		% within Não tenho computador	25,0%	12,9%	16,0%
		% of Total	6,4%	9,6%	16,0%
		Adjusted Residual	2,0	-2,0	
	Entre 750 e 1000 euros	Count	6	34	40
		Expected Count	10,2	29,8	40,0
		% within Não tenho computador	12,5%	24,3%	21,3%
		% of Total	3,2%	18,1%	21,3%
		Adjusted Residual	-1,7	1,7	
	Entre 1000 e 1500 euros	Count	4	24	28
		Expected Count	7,1	20,9	28,0
		% within Não tenho computador	8,3%	17,1%	14,9%
		% of Total	2,1%	12,8%	14,9%
		Adjusted Residual	-1,5	1,5	
	Entre 1500 e 2000 euros	Count	6	8	14
		Expected Count	3,6	10,4	14,0
		% within Não tenho computador	12,5%	5,7%	7,4%
		% of Total	3,2%	4,3%	7,4%
		Adjusted Residual	1,5	-1,5	
	Mais de 2000 euros	Count	0	6	6
		Expected Count	1,5	4,5	6,0
		% within Não tenho computador	0,0%	4,3%	3,2%
		% of Total	0,0%	3,2%	3,2%
		Adjusted Residual	-1,5	1,5	
	Não sabe/Não responde	Count	8	44	52
		Expected Count	13,3	38,7	52,0
		% within Não tenho computador	16,7%	31,4%	27,7%
		% of Total	4,3%	23,4%	27,7%
		Adjusted Residual	-2,0	2,0	
Total		Count	48	140	188
		Expected Count	48,0	140,0	188,0
		% within Não tenho computador	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	25,5%	74,5%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	30,602 ^a	6	,000
Likelihood Ratio	29,758	6	,000
Linear-by-Linear Association	11,823	1	,001
N of Valid Cases	188		

Anexo C

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 6: «Usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e Habilitações Literárias»

Tabela 7: «Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e Habilitações Literárias»

Tabela 8: «Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e Rendimento»

Tabela 6: Cruzamento entre as variáveis «Usar o correio eletrónico (*email*) para receber e enviar mensagens e Habilitações Literárias»

			Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	7	12	19
		Expected Count	12,5	6,5	19,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	5,7%	19,0%	10,3%
		Adjusted Residual	-2,6	2,8	
	Instrução primária	Count	19	22	41
		Expected Count	27,0	14,0	41,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	15,6%	34,9%	22,2%
		Adjusted Residual	-3,0	3,0	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	34	16	50
		Expected Count	33,0	17,0	50,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	27,9%	25,4%	27,0%
		Adjusted Residual	,4	-,4	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	36	6	42
		Expected Count	27,7	14,3	42,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	29,5%	9,5%	22,7%
		Adjusted Residual	3,1	-3,1	
	Curso Superior incompleto	Count	4	1	5
		Expected Count	3,3	1,7	5,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	3,3%	1,6%	2,7%
		Adjusted Residual	,7	-,7	
	Curso Superior completo	Count	19	6	25
		Expected Count	16,5	8,5	25,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	15,6%	9,5%	13,5%
		Adjusted Residual	1,1	-1,1	
	Mestrado	Count	3	0	3
		Expected Count	2,0	1,0	3,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	2,5%	0,0%	1,6%
		Adjusted Residual	1,3	-1,3	
Total		Count	122	63	185
		Expected Count	122,0	63,0	185,0
		% within Usar o correio eletrónico (email) para receber e enviar mensagens	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	24,700 ^a	6	,000
Likelihood Ratio	25,994	6	,000
Linear-by-Linear Association	16,739	1	,000
N of Valid Cases	185		

Tabela 7: Cruzamento entre as variáveis «Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e Habilitações Literárias»

			Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	3	16	19
		Expected Count	9,2	9,8	19,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	3,3%	16,8%	10,3%
		Adjusted Residual	-3,0	3,0	
	Instrução primária	Count	16	25	41
		Expected Count	19,9	21,1	41,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	17,8%	26,3%	22,2%
		Adjusted Residual	-1,4	1,4	
	Antigo 5 ° ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	24	26	50
		Expected Count	24,3	25,7	50,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	26,7%	27,4%	27,0%
		Adjusted Residual	-,1	,1	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	25	17	42
		Expected Count	20,4	21,6	42,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	27,8%	17,9%	22,7%
		Adjusted Residual	1,6	-1,6	
	Curso Superior incompleto	Count	2	3	5
		Expected Count	2,4	2,6	5,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	2,2%	3,2%	2,7%
		Adjusted Residual	-,4	,4	
	Curso Superior completo	Count	18	7	25
		Expected Count	12,2	12,8	25,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	20,0%	7,4%	13,5%
		Adjusted Residual	2,5	-2,5	
	Mestrado	Count	2	1	3
		Expected Count	1,5	1,5	3,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	2,2%	1,1%	1,6%
		Adjusted Residual	,6	-,6	
Total		Count	90	95	185
		Expected Count	90,0	95,0	185,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,725 ^a	6	,007
Likelihood Ratio	18,786	6	,005
Linear-by-Linear Association	14,588	1	,000
N of Valid Cases	185		

Tabela 8: Cruzamento entre as variáveis «Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet) e Rendimento»

			Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)		Total
			Sim	Não	
Valor aproximado do rendimento do agregado familiar	Menos de 500 euros	Count	6	6	12
		Expected Count	5,8	6,2	12,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	6,7%	6,2%	6,5%
		Adjusted Residual	,1	-,1	
	Entre 500 e 750 euros	Count	4	16	20
		Expected Count	9,7	10,3	20,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	4,4%	16,7%	10,8%
		Adjusted Residual	-2,7	2,7	
	Entre 750 e 1000 euros	Count	11	17	28
		Expected Count	13,5	14,5	28,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	12,2%	17,7%	15,1%
		Adjusted Residual	-1,0	1,0	
	Entre 1000 e 1500 euros	Count	28	16	44
		Expected Count	21,3	22,7	44,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	31,1%	16,7%	23,7%
		Adjusted Residual	2,3	-2,3	
	Entre 1500 e 2000 euros	Count	8	7	15
		Expected Count	7,3	7,7	15,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	8,9%	7,3%	8,1%
		Adjusted Residual	,4	-,4	
	Mais de 2000 euros	Count	17	7	24
		Expected Count	11,6	12,4	24,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	18,9%	7,3%	12,9%
		Adjusted Residual	2,4	-2,4	
	Não sabe/Não responde	Count	16	27	43
		Expected Count	20,8	22,2	43,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	17,8%	28,1%	23,1%
		Adjusted Residual	-1,7	1,7	
Total		Count	90	96	186
		Expected Count	90,0	96,0	186,0
		% within Utilizar programas (ex. Word, Excel, PowerPoint e Internet)	100,0%	100,0%	100,0%
		Adjusted Residual			

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	18,632 ^a	6	,005
Likelihood Ratio	19,335	6	,004
Linear-by-Linear Association	,643	1	,423
N of Valid Cases	186		

Anexo D

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 9: «O número de aulas por semana é muito pouco e Habilitações Literárias»

Tabela 10: «Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC e Habilitações Literárias»

Tabela 9: Cruzamento entre as variáveis «O número de aulas por semana é muito pouco e Habilitações Literárias»

			O número de aulas por semana é muito pouco		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	14	5	19
		Expected Count	11,4	7,6	19,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	12,6%	6,8%	10,3%
		Adjusted Residual	1,3	-1,3	
	Instrução primária	Count	32	9	41
		Expected Count	24,6	16,4	41,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	28,8%	12,2%	22,2%
		Adjusted Residual	2,7	-2,7	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	34	16	50
		Expected Count	30,0	20,0	50,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	30,6%	21,6%	27,0%
		Adjusted Residual	1,4	-1,4	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	15	27	42
		Expected Count	25,2	16,8	42,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	13,5%	36,5%	22,7%
		Adjusted Residual	-3,7	3,7	
	Curso Superior incompleto	Count	2	3	5
		Expected Count	3,0	2,0	5,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	1,8%	4,1%	2,7%
		Adjusted Residual	-,9	,9	
	Curso Superior completo	Count	12	13	25
		Expected Count	15,0	10,0	25,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	10,8%	17,6%	13,5%
		Adjusted Residual	-1,3	1,3	
	Mestrado	Count	2	1	3
		Expected Count	1,8	1,2	3,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	1,8%	1,4%	1,6%
		Adjusted Residual	,2	-,2	
Total		Count	111	74	185
		Expected Count	111,0	74,0	185,0
		% within O número de aulas por semana é muito pouco	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	21,091 ^a	6	,002
Likelihood Ratio	21,357	6	,002
Linear-by-Linear Association	10,434	1	,001
N of Valid Cases	185		

Tabela 10: Cruzamento entre as variáveis «Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação e Habilitações Literárias

		Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC		Total	
		Sim	Não		
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	8	11	19
		Expected Count	5,0	14,0	19,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	16,3%	8,1%	10,3%
		Adjusted Residual	1,6	-1,6	
	Instrução primária	Count	17	24	41
		Expected Count	10,9	30,1	41,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	34,7%	17,6%	22,2%
		Adjusted Residual	2,5	-2,5	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	12	38	50
		Expected Count	13,2	36,8	50,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	24,5%	27,9%	27,0%
		Adjusted Residual	-,5	,5	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	7	35	42
		Expected Count	11,1	30,9	42,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	14,3%	25,7%	22,7%
		Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Curso Superior incompleto	Count	0	5	5
		Expected Count	1,3	3,7	5,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	0,0%	3,7%	2,7%
		Adjusted Residual	-1,4	1,4	
	Curso Superior completo	Count	4	21	25
		Expected Count	6,6	18,4	25,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	8,2%	15,4%	13,5%
		Adjusted Residual	-1,3	1,3	
	Mestrado	Count	1	2	3
		Expected Count	,8	2,2	3,0
		% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	2,0%	1,5%	1,6%
		Adjusted Residual	,3	-,3	
Total	Count	49	136	185	
	Expected Count	49,0	136,0	185,0	
	% within Falta de uma pessoa que me ajude fora da formação em TIC	100,0%	100,0%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	12,628 ^a	6	,049
Likelihood Ratio	13,632	6	,034
Linear-by-Linear Association	7,917	1	,005
N of Valid Cases	185		

Anexo E

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 11: «Procurar Informação e Habilitações Literárias»

Tabela 12: «Procurar Informação e Profissão»

Tabela 13: «Enviar *emails* e Habilitações Literárias»

Tabela 14: «Enviar *emails* e Profissão»

Tabela 15: «Utilizar o Facebook ou outra rede social e Idade»

Tabela 11: Cruzamento entre as variáveis «Procurar informação e Habilitações Literárias»

			Para procurar informação		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	8	11	19
		Expected Count	13,0	6,0	19,0
		% within Para procurar informação	6,3%	19,0%	10,3%
		Adjusted Residual	-2,6	2,6	
	Instrução primária	Count	20	21	41
		Expected Count	28,1	12,9	41,0
		% within Para procurar informação	15,7%	36,2%	22,2%
		Adjusted Residual	-3,1	3,1	
	Antigo 5 ° ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	36	14	50
		Expected Count	34,3	15,7	50,0
		% within Para procurar informação	28,3%	24,1%	27,0%
		Adjusted Residual	,6	-,6	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	32	10	42
		Expected Count	28,8	13,2	42,0
		% within Para procurar informação	25,2%	17,2%	22,7%
		Adjusted Residual	1,2	-1,2	
	Curso Superior incompleto	Count	4	1	5
		Expected Count	3,4	1,6	5,0
		% within Para procurar informação	3,1%	1,7%	2,7%
		Adjusted Residual	,6	-,6	
	Curso Superior completo	Count	24	1	25
		Expected Count	17,2	7,8	25,0
		% within Para procurar informação	18,9%	1,7%	13,5%
		Adjusted Residual	3,2	-3,2	
	Mestrado	Count	3	0	3
		Expected Count	2,1	,9	3,0
		% within Para procurar informação	2,4%	0,0%	1,6%
		Adjusted Residual	1,2	-1,2	
Total	Count		127	58	185
	Expected Count		127,0	58,0	185,0
	% within Para procurar informação		100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	25,470 ^a	6	,000
Likelihood Ratio	28,617	6	,000
Linear-by-Linear Association	23,411	1	,000
N of Valid Cases	185		

Tabela 12: Cruzamento entre as variáveis «Procurar informação e Profissão»

			Para procurar informação		Total
			Sim	Não	
Profissão	Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais	Count	28	2	30
		Expected Count	21,7	8,3	30,0
		% within Para procurar informação	26,7%	5,0%	20,7%
		Adjusted Residual	2,9	-2,9	
	Técnico de nível intermédio	Count	33	9	42
		Expected Count	30,4	11,6	42,0
		% within Para procurar informação	31,4%	22,5%	29,0%
		Adjusted Residual	1,1	-1,1	
	Pequeno empresário, proprietário e comerciante	Count	4	2	6
		Expected Count	4,3	1,7	6,0
		% within Para procurar informação	3,8%	5,0%	4,1%
		Adjusted Residual	-,3	,3	
	Pessoal administrativo, técnicos de vendas e similares	Count	13	6	19
		Expected Count	13,8	5,2	19,0
		% within Para procurar informação	12,4%	15,0%	13,1%
		Adjusted Residual	-,4	,4	
	Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço doméstico, etc.)	Count	11	16	27
		Expected Count	19,6	7,4	27,0
		% within Para procurar informação	10,5%	40,0%	18,6%
		Adjusted Residual	-4,1	4,1	
	Agricultores e trabalhadores qualificados da agricultura e pescas	Count	0	1	1
		Expected Count	,7	,3	1,0
		% within Para procurar informação	0,0%	2,5%	0,7%
		Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Operários qualificados e similares	Count	9	4	13
		Expected Count	9,4	3,6	13,0
		% within Para procurar informação	8,6%	10,0%	9,0%
		Adjusted Residual	-,3	,3	
	Serviço de segurança (policias, vigilantes)	Count	3	0	3
		Expected Count	2,2	,8	3,0
		% within Para procurar informação	2,9%	0,0%	2,1%
		Adjusted Residual	1,1	-1,1	
	Operários especializados	Count	4	0	4
		Expected Count	2,9	1,1	4,0
		% within Para procurar informação	3,8%	0,0%	2,8%
		Adjusted Residual	1,3	-1,3	
Total		Count	105	40	145
		Expected Count	105,0	40,0	145,0
		% within Para procurar informação	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	26,537 ^a	8	,001
Likelihood Ratio	28,586	8	,000
Linear-by-Linear Association	3,741	1	,053
N of Valid Cases	145		

Tabela 13: Cruzamento entre as variáveis «Enviar *emails* e Habilitações Literárias»

			Enviar emails		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	7	12	19
		Expected Count	12,3	6,7	19,0
		% within Enviar emails	5,8%	18,5%	10,3%
		Adjusted Residual	-2,7	2,7	
	Instrução primária	Count	22	19	41
		Expected Count	26,6	14,4	41,0
		% within Enviar emails	18,3%	29,2%	22,2%
		Adjusted Residual	-1,7	1,7	
	Antigo 5 ^o ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	29	21	50
		Expected Count	32,4	17,6	50,0
		% within Enviar emails	24,2%	32,3%	27,0%
		Adjusted Residual	-1,2	1,2	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	32	10	42
		Expected Count	27,2	14,8	42,0
		% within Enviar emails	26,7%	15,4%	22,7%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Curso Superior incompleto	Count	4	1	5
		Expected Count	3,2	1,8	5,0
		% within Enviar emails	3,3%	1,5%	2,7%
		Adjusted Residual	,7	-,7	
	Curso Superior completo	Count	23	2	25
		Expected Count	16,2	8,8	25,0
		% within Enviar emails	19,2%	3,1%	13,5%
		Adjusted Residual	3,1	-3,1	
	Mestrado	Count	3	0	3
		Expected Count	1,9	1,1	3,0
		% within Enviar emails	2,5%	0,0%	1,6%
		Adjusted Residual	1,3	-1,3	
Total	Count		120	65	185
	Expected Count		120,0	65,0	185,0
	% within Enviar emails		100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	22,408 ^a	6	,001
Likelihood Ratio	25,160	6	,000
Linear-by-Linear Association	21,425	1	,000
N of Valid Cases	185		

Tabela 14: Cruzamento entre as variáveis «Enviar *emails* e Profissão»

			Enviar emails		Total
			Sim	Não	
Profissão	Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais	Count	26	4	30
		Expected Count	19,0	11,0	30,0
		% within Enviar emails	28,3%	7,5%	20,7%
		Adjusted Residual	3,0	-3,0	
	Técnico de nível intermédio	Count	33	9	42
		Expected Count	26,6	15,4	42,0
		% within Enviar emails	35,9%	17,0%	29,0%
		Adjusted Residual	2,4	-2,4	
	Pequeno empresário, proprietário e comerciante	Count	2	4	6
		Expected Count	3,8	2,2	6,0
		% within Enviar emails	2,2%	7,5%	4,1%
		Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Pessoal administrativo, técnicos de vendas e similares	Count	10	9	19
		Expected Count	12,1	6,9	19,0
		% within Enviar emails	10,9%	17,0%	13,1%
		Adjusted Residual	-1,1	1,1	
	Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço domestico, etc.)	Count	10	17	27
		Expected Count	17,1	9,9	27,0
		% within Enviar emails	10,9%	32,1%	18,6%
		Adjusted Residual	-3,2	3,2	
	Agricultores e trabalhadores qualificados da agricultura e pescas	Count	1	0	1
		Expected Count	,6	,4	1,0
		% within Enviar emails	1,1%	0,0%	0,7%
		Adjusted Residual	,8	-,8	
	Operários qualificados e similares	Count	7	6	13
		Expected Count	8,2	4,8	13,0
		% within Enviar emails	7,6%	11,3%	9,0%
		Adjusted Residual	-,8	,8	
	Serviço de segurança (policias, vigilantes)	Count	1	2	3
		Expected Count	1,9	1,1	3,0
		% within Enviar emails	1,1%	3,8%	2,1%
		Adjusted Residual	-1,1	1,1	
	Operários especializados	Count	2	2	4
		Expected Count	2,5	1,5	4,0
		% within Enviar emails	2,2%	3,8%	2,8%
		Adjusted Residual	-,6	,6	
Total		Count	92	53	145
		Expected Count	92,0	53,0	145,0
		% within Enviar emails	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	25,120 ^a	8	,001
Likelihood Ratio	26,359	8	,001
Linear-by-Linear Association	13,652	1	,000
N of Valid Cases	145		

Tabela 15: Cruzamento entre as variáveis «Utilizar o Facebook ou outra rede social e Idade»

		Utilizar o Facebook ou outra rede social		Total
		Sim	Não	
53 a 58	Count	11	4	15
	Expected Count	5,8	9,2	15,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	15,3%	3,5%	8,1%
	Adjusted Residual	2,9	-2,9	
59 a 64	Count	21	23	44
	Expected Count	17,1	26,9	44,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	29,2%	20,4%	23,8%
	Adjusted Residual	1,4	-1,4	
65 a 70	Count	25	59	84
	Expected Count	32,7	51,3	84,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	34,7%	52,2%	45,4%
	Adjusted Residual	2,3	2,3	
71 a 76	Count	13	22	35
	Expected Count	13,6	21,4	35,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	18,1%	19,5%	18,9%
	Adjusted Residual	-,2	,2	
77 a 82	Count	2	3	5
	Expected Count	1,9	3,1	5,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	2,8%	2,7%	2,7%
	Adjusted Residual	,1	-,1	
83 a 88	Count	0	1	1
	Expected Count	,4	,6	1,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	0,0%	0,9%	0,5%
	Adjusted Residual	-,8	,8	
89 a 94	Count	0	1	1
	Expected Count	,4	,6	1,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	0,0%	0,9%	0,5%
	Adjusted Residual	-,8	,8	
Total	Count	72	113	185
	Expected Count	72,0	113,0	185,0
	% within Utilizar o Facebook ou outra rede social	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13,195 ^a	6	,040
Likelihood Ratio	13,805	6	,032
Linear-by-Linear Association	7,014	1	,008
N of Valid Cases	185		

Anexo F

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 16: «Enviar *emails* e Habilitações Literárias»

Tabela 17: «Enviar *emails* e Profissão»

Tabela 18: «Pesquisar Informação sobre saúde e Habilitações Literárias»

Tabela 16: Cruzamento entre as variáveis «Enviar *emails* e Habilitações Literárias»

		Enviar emails		Total
		Sim	Não	
Habilitações Literárias	Count	22	26	48
	Expected Count	23,5	24,5	48,0
	Instrução primária incompleta % within Enviar emails	23,9%	27,1%	25,5%
	% of Total	11,7%	13,8%	25,5%
	Adjusted Residual	-,5	,5	
	Count	32	44	76
	Expected Count	37,2	38,8	76,0
	Instrução primária % within Enviar emails	34,8%	45,8%	40,4%
	% of Total	17,0%	23,4%	40,4%
	Adjusted Residual	-1,5	1,5	
	Count	22	10	32
	Expected Count	15,7	16,3	32,0
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente % within Enviar emails	23,9%	10,4%	17,0%
	% of Total	11,7%	5,3%	17,0%
	Adjusted Residual	2,5	-2,5	
	Count	8	14	22
	Expected Count	10,8	11,2	22,0
	Ensino secundário ou equivalente % within Enviar emails	8,7%	14,6%	11,7%
	% of Total	4,3%	7,4%	11,7%
	Adjusted Residual	-1,3	1,3	
	Count	2	0	2
	Expected Count	1,0	1,0	2,0
	Curso Superior incompleto % within Enviar emails	2,2%	0,0%	1,1%
	% of Total	1,1%	0,0%	1,1%
	Adjusted Residual	1,5	-1,5	
	Count	6	2	8
	Expected Count	3,9	4,1	8,0
	Curso Superior completo % within Enviar emails	6,5%	2,1%	4,3%
	% of Total	3,2%	1,1%	4,3%
	Adjusted Residual	1,5	-1,5	
Total	Count	92	96	188
	Expected Count	92,0	96,0	188,0
	% within Enviar emails	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	48,9%	51,1%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	12,285 ^a	5	,031
Likelihood Ratio	13,286	5	,021
Linear-by-Linear Association	2,570	1	,109
N of Valid Cases	188		

Tabela 17: Cruzamento entre as variáveis «Enviar *emails* e Profissão»

			Enviar emails		Total
			Sim	Não	
Profissão	Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais	Count	6	2	8
		Expected Count	3,6	4,4	8,0
		% within Enviar emails	8,6%	2,4%	5,2%
		% of Total	3,9%	1,3%	5,2%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Técnico de nível intermédio	Count	18	12	30
		Expected Count	13,6	16,4	30,0
		% within Enviar emails	25,7%	14,3%	19,5%
		% of Total	11,7%	7,8%	19,5%
		Adjusted Residual	1,8	-1,8	
	Pequeno empresário, proprietário e comerciante	Count	2	12	14
		Expected Count	6,4	7,6	14,0
		% within Enviar emails	2,9%	14,3%	9,1%
		% of Total	1,3%	7,8%	9,1%
		Adjusted Residual	-2,5	2,5	
	Pessoal administrativo, técnicos de vendas e similares	Count	8	4	12
		Expected Count	5,5	6,5	12,0
		% within Enviar emails	11,4%	4,8%	7,8%
		% of Total	5,2%	2,6%	7,8%
		Adjusted Residual	1,5	-1,5	
	Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço domestico, etc.)	Count	12	22	34
		Expected Count	15,5	18,5	34,0
		% within Enviar emails	17,1%	26,2%	22,1%
		% of Total	7,8%	14,3%	22,1%
		Adjusted Residual	-1,3	1,3	
	Agricultores e trabalhadores qualificados da agricultura e pescas	Count	0	4	4
		Expected Count	1,8	2,2	4,0
		% within Enviar emails	0,0%	4,8%	2,6%
		% of Total	0,0%	2,6%	2,6%
		Adjusted Residual	-1,8	1,8	
	Operários qualificados e similares	Count	22	26	48
		Expected Count	21,8	26,2	48,0
		% within Enviar emails	31,4%	31,0%	31,2%
		% of Total	14,3%	16,9%	31,2%
		Adjusted Residual	,1	-,1	
	Serviço de segurança (policias, vigilantes)	Count	2	2	4
		Expected Count	1,8	2,2	4,0
		% within Enviar emails	2,9%	2,4%	2,6%
		% of Total	1,3%	1,3%	2,6%
		Adjusted Residual	,2	-,2	
Total		Count	70	84	154
		Expected Count	70,0	84,0	154,0
		% within Enviar emails	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	45,5%	54,5%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,825 ^a	7	,013
Likelihood Ratio	20,175	7	,005
Linear-by-Linear Association	1,643	1	,200
N of Valid Cases	154		

Tabela 18: Cruzamento entre as variáveis «Pesquisar informações sobre saúde e Habilitações Literárias»

		Pesquisar informações sobre saúde		Total
		Sim	Não	
Habilitações Literárias	Count	2	46	48
	Expected Count	8,2	39,8	48,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	6,2%	29,5%	25,5%
	% of Total	1,1%	24,5%	25,5%
	Adjusted Residual	-2,7	2,7	
	Count	10	66	76
	Expected Count	12,9	63,1	76,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	31,2%	42,3%	40,4%
	% of Total	5,3%	35,1%	40,4%
	Adjusted Residual	-1,2	1,2	
	Count	10	22	32
	Expected Count	5,4	26,6	32,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	31,2%	14,1%	17,0%
	% of Total	5,3%	11,7%	17,0%
	Adjusted Residual	2,4	-2,4	
	Count	8	14	22
	Expected Count	3,7	18,3	22,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	25,0%	9,0%	11,7%
	% of Total	4,3%	7,4%	11,7%
	Adjusted Residual	2,6	-2,6	
	Count	0	2	2
	Expected Count	,3	1,7	2,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	0,0%	1,3%	1,1%
	% of Total	0,0%	1,1%	1,1%
	Adjusted Residual	-,6	,6	
	Count	2	6	8
	Expected Count	1,4	6,6	8,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	6,2%	3,8%	4,3%
	% of Total	1,1%	3,2%	4,3%
	Adjusted Residual	,6	-,6	
Total	Count	32	156	188
	Expected Count	32,0	156,0	188,0
	% within Pesquisar informações sobre saúde	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	17,0%	83,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17,604 ^a	5	,003
Likelihood Ratio	18,139	5	,003
Linear-by-Linear Association	10,442	1	,001
N of Valid Cases	188		

Anexo G

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 19: «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Habilitações Literárias»

Tabela 20: «A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais e Rendimento»

Tabela 19: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Habilitações Literárias»

			A aprendizagem das TIC estimula a memória		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	10	9	19
		Expected Count	11,9	7,1	19,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	8,6%	13,0%	10,3%
		Adjusted Residual	-1,0	1,0	
	Instrução primária	Count	24	17	41
		Expected Count	25,7	15,3	41,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	20,7%	24,6%	22,2%
		Adjusted Residual	-,6	,6	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	39	11	50
		Expected Count	31,4	18,6	50,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	33,6%	15,9%	27,0%
		Adjusted Residual	2,6	-2,6	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	22	20	42
		Expected Count	26,3	15,7	42,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	19,0%	29,0%	22,7%
		Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Curso Superior incompleto	Count	5	0	5
		Expected Count	3,1	1,9	5,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	4,3%	0,0%	2,7%
		Adjusted Residual	1,7	-1,7	
	Curso Superior completo	Count	13	12	25
		Expected Count	15,7	9,3	25,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	11,2%	17,4%	13,5%
		Adjusted Residual	-1,2	1,2	
	Mestrado	Count	3	0	3
		Expected Count	1,9	1,1	3,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	2,6%	0,0%	1,6%
		Adjusted Residual	1,3	-1,3	
Total		Count	116	69	185
		Expected Count	116,0	69,0	185,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	14,028 ^a	6	,029
Likelihood Ratio	17,031	6	,009
Linear-by-Linear Association	,019	1	,891
N of Valid Cases	185		

Tabela 20: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais e Rendimento»

			A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais		Total
			Sim	Não	
Valor aproximado do rendimento do agregado familiar	Menos de 500 euros	Count	8	4	12
		Expected Count	5,6	6,4	12,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	9,2%	4,0%	6,5%
		Adjusted Residual	1,4	-1,4	
	Entre 500 e 750 euros	Count	9	11	20
		Expected Count	9,4	10,6	20,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	10,3%	11,1%	10,8%
		Adjusted Residual	-,2	,2	
	Entre 750 e 1000 euros	Count	13	15	28
		Expected Count	13,1	14,9	28,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	14,9%	15,2%	15,1%
		Adjusted Residual	,0	,0	
	Entre 1000 e 1500 euros	Count	27	17	44
		Expected Count	20,6	23,4	44,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	31,0%	17,2%	23,7%
		Adjusted Residual	2,2	-2,2	
	Entre 1500 e 2000 euros	Count	8	7	15
		Expected Count	7,0	8,0	15,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	9,2%	7,1%	8,1%
		Adjusted Residual	,5	-,5	
	Mais de 2000 euros	Count	11	13	24
		Expected Count	11,2	12,8	24,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	12,6%	13,1%	12,9%
		Adjusted Residual	-,1	,1	
	Não sabe/Não responde	Count	11	32	43
		Expected Count	20,1	22,9	43,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	12,6%	32,3%	23,1%
		Adjusted Residual	-3,2	3,2	
Total		Count	87	99	186
		Expected Count	87,0	99,0	186,0
		% within A aprendizagem das TIC melhora as capacidades intelectuais	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13,721 ^a	6	,033
Likelihood Ratio	14,162	6	,028
Linear-by-Linear Association	6,534	1	,011
N of Valid Cases	186		

Anexo H

Tabelas de contingência com cruzamento das seguintes variáveis:

Tabela 21: «A aprendizagem das TIC promove a comunicação e Habilitações Literárias»

Tabela 22: «A aprendizagem das TIC promove a comunicação e Profissão»

Tabela 23: «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Idade»

Tabela 24: «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Habilitações Literárias»

Tabela 25: «A aprendizagem das TIC promove a inclusão social e Idade»

Tabela 21: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC promove a comunicação e Habilitações Literárias»

			A aprendizagem das TIC promove a comunicação		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	12	36	48
		Expected Count	24,0	24,0	48,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	12,8%	38,3%	25,5%
		% of Total	6,4%	19,1%	25,5%
		Adjusted Residual	-4,0	4,0	
	Instrução primária	Count	38	38	76
		Expected Count	38,0	38,0	76,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	40,4%	40,4%	40,4%
		% of Total	20,2%	20,2%	40,4%
		Adjusted Residual	,0	,0	
	Antigo 5.º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	24	8	32
		Expected Count	16,0	16,0	32,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	25,5%	8,5%	17,0%
		% of Total	12,8%	4,3%	17,0%
		Adjusted Residual	3,1	-3,1	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	10	12	22
		Expected Count	11,0	11,0	22,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	10,6%	12,8%	11,7%
		% of Total	5,3%	6,4%	11,7%
		Adjusted Residual	-,5	,5	
	Curso Superior incompleto	Count	2	0	2
		Expected Count	1,0	1,0	2,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	2,1%	0,0%	1,1%
		% of Total	1,1%	0,0%	1,1%
		Adjusted Residual	1,4	-1,4	
	Curso Superior completo	Count	8	0	8
		Expected Count	4,0	4,0	8,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	8,5%	0,0%	4,3%
		% of Total	4,3%	0,0%	4,3%
		Adjusted Residual	2,9	-2,9	
Total		Count	94	94	188
		Expected Count	94,0	94,0	188,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	50,0%	50,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	30,182 ^a	5	,000
Likelihood Ratio	34,975	5	,000
Linear-by-Linear Association	18,729	1	,000
N of Valid Cases	188		

Tabela 22: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC promove a comunicação e Profissão»

			A aprendizagem das TIC promove a comunicação		Total
			Sim	Não	
Profissão	Quadro superior da administração Pública e empresas e profissões liberais	Count	8	0	8
		Expected Count	3,8	4,2	8,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	10,8%	0,0%	5,2%
		% of Total	5,2%	0,0%	5,2%
		Adjusted Residual	3,0	-3,0	
	Técnico de nível intermédio	Count	22	8	30
		Expected Count	14,4	15,6	30,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	29,7%	10,0%	19,5%
		% of Total	14,3%	5,2%	19,5%
		Adjusted Residual	3,1	-3,1	
	Pequeno empresário, proprietário e comerciante	Count	4	10	14
		Expected Count	6,7	7,3	14,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	5,4%	12,5%	9,1%
		% of Total	2,6%	6,5%	9,1%
		Adjusted Residual	-1,5	1,5	
	Pessoal administrativo, técnicos de vendas e similares	Count	2	10	12
		Expected Count	5,8	6,2	12,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	2,7%	12,5%	7,8%
		% of Total	1,3%	6,5%	7,8%
		Adjusted Residual	-2,3	2,3	
	Pessoal dos serviços (empregado de balcão, serviço domestico, etc.)	Count	14	20	34
		Expected Count	16,3	17,7	34,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	18,9%	25,0%	22,1%
		% of Total	9,1%	13,0%	22,1%
		Adjusted Residual	-,9	,9	
	Agricultores e trabalhadores qualificados da agricultura e pescas	Count	2	2	4
		Expected Count	1,9	2,1	4,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	2,7%	2,5%	2,6%
		% of Total	1,3%	1,3%	2,6%
		Adjusted Residual	,1	-,1	
	Operários qualificados e similares	Count	20	28	48
		Expected Count	23,1	24,9	48,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	27,0%	35,0%	31,2%
		% of Total	13,0%	18,2%	31,2%
		Adjusted Residual	-1,1	1,1	
	Serviço de segurança (policias, vigilantes)	Count	2	2	4
		Expected Count	1,9	2,1	4,0
		% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	2,7%	2,5%	2,6%
		% of Total	1,3%	1,3%	2,6%
		Adjusted Residual	,1	-,1	
Total	Count	74	80	154	

Expected Count	74,0	80,0	154,0
% within A aprendizagem das TIC promove a comunicação	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	48,1%	51,9%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	24,634 ^a	7	,001
Likelihood Ratio	28,533	7	,000
Linear-by-Linear Association	7,200	1	,007
N of Valid Cases	154		

Tabela 23: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Idade»

		A aprendizagem das TIC estimula a memória		Total
		Sim	Não	
Idade_	Count	6	0	6
	Expected Count	2,4	3,6	6,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	8,1%	0,0%	3,2%
	% of Total	3,2%	0,0%	3,2%
	Adjusted Residual	3,1	-3,1	
	Count	14	16	30
	Expected Count	11,8	18,2	30,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	18,9%	14,0%	16,0%
	% of Total	7,4%	8,5%	16,0%
	Adjusted Residual	,9	-,9	
	Count	28	56	84
	Expected Count	33,1	50,9	84,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	37,8%	49,1%	44,7%
	% of Total	14,9%	29,8%	44,7%
	Adjusted Residual	-1,5	1,5	
	Count	18	26	44
	Expected Count	17,3	26,7	44,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	24,3%	22,8%	23,4%
	% of Total	9,6%	13,8%	23,4%
	Adjusted Residual	,2	-,2	
	Count	4	14	18
	Expected Count	7,1	10,9	18,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	5,4%	12,3%	9,6%
	% of Total	2,1%	7,4%	9,6%
	Adjusted Residual	-1,6	1,6	
	Count	4	2	6
	Expected Count	2,4	3,6	6,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	5,4%	1,8%	3,2%
	% of Total	2,1%	1,1%	3,2%
	Adjusted Residual	1,4	-1,4	
Total	Count	74	114	188
	Expected Count	74,0	114,0	188,0
	% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	39,4%	60,6%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	15,327 ^a	5	,009
Likelihood Ratio	17,416	5	,004
Linear-by-Linear Association	2,027	1	,154
N of Valid Cases	188		

Tabela 24: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC estimula a memória e Habilitações Literárias»

			A aprendizagem das TIC estimula a memória		Total
			Sim	Não	
Habilitações Literárias	Instrução primária incompleta	Count	12	36	48
		Expected Count	18,9	29,1	48,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	16,2%	31,6%	25,5%
		% of Total	6,4%	19,1%	25,5%
		Adjusted Residual	-2,4	2,4	
	Instrução primária	Count	34	42	76
		Expected Count	29,9	46,1	76,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	45,9%	36,8%	40,4%
		% of Total	18,1%	22,3%	40,4%
		Adjusted Residual	1,2	-1,2	
	Antigo 5 º ano, curso comercial, industrial ou equivalente	Count	10	22	32
		Expected Count	12,6	19,4	32,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	13,5%	19,3%	17,0%
		% of Total	5,3%	11,7%	17,0%
		Adjusted Residual	-1,0	1,0	
	Ensino secundário ou equivalente	Count	12	10	22
		Expected Count	8,7	13,3	22,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	16,2%	8,8%	11,7%
		% of Total	6,4%	5,3%	11,7%
		Adjusted Residual	1,6	-1,6	
	Curso Superior incompleto	Count	0	2	2
		Expected Count	,8	1,2	2,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	0,0%	1,8%	1,1%
		% of Total	0,0%	1,1%	1,1%
		Adjusted Residual	-1,1	1,1	
	Curso Superior completo	Count	6	2	8
		Expected Count	3,1	4,9	8,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	8,1%	1,8%	4,3%
		% of Total	3,2%	1,1%	4,3%
		Adjusted Residual	2,1	-2,1	
Total		Count	74	114	188
		Expected Count	74,0	114,0	188,0
		% within A aprendizagem das TIC estimula a memória	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	39,4%	60,6%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13,630 ^a	5	,018
Likelihood Ratio	14,485	5	,013
Linear-by-Linear Association	5,744	1	,017
N of Valid Cases	188		

a. 4 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,79.

Tabela 25: Cruzamento entre as variáveis «A aprendizagem das TIC promove a inclusão social e Idade»

		A aprendizagem das TIC promove a inclusão social		Total
		Sim	Não	
idade_	Count	0	6	6
	Expected Count	2,2	3,8	6,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	0,0%	5,0%	3,2%
	% of Total	0,0%	3,2%	3,2%
	Adjusted Residual	-1,9	1,9	
	Count	12	18	30
	Expected Count	10,9	19,1	30,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	17,6%	15,0%	16,0%
	% of Total	6,4%	9,6%	16,0%
	Adjusted Residual	,5	-,5	
	Count	38	46	84
	Expected Count	30,4	53,6	84,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	55,9%	38,3%	44,7%
	% of Total	20,2%	24,5%	44,7%
	Adjusted Residual	2,3	-2,3	
	Count	12	32	44
	Expected Count	15,9	28,1	44,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	17,6%	26,7%	23,4%
	% of Total	6,4%	17,0%	23,4%
	Adjusted Residual	-1,4	1,4	
	Count	6	12	18
	Expected Count	6,5	11,5	18,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	8,8%	10,0%	9,6%
	% of Total	3,2%	6,4%	9,6%
	Adjusted Residual	-,3	,3	
	Count	0	6	6
	Expected Count	2,2	3,8	6,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	0,0%	5,0%	3,2%
	% of Total	0,0%	3,2%	3,2%
	Adjusted Residual	-1,9	1,9	
Total	Count	68	120	188
	Expected Count	68,0	120,0	188,0
	% within A aprendizagem das TIC promove a inclusão social	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	36,2%	63,8%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11,554 ^a	5	,041
Likelihood Ratio	15,506	5	,008
Linear-by-Linear Association	1,416	1	,234
N of Valid Cases	188		